

あのかさこのくさ よか草通信 1月号

1月の行事

- 8日(月)
 - 16日(火)
 - 24日(水)
 - 31日(水)
- }
- 予防プログラム
 - 転倒予防教室

初春のお喜び申し上げます

旧年中はご利用者、ご家族のみなさまに大変お世話になりました。

今年はお一人お一人に合ったプログラムを提供できるようリハビリの内容を一新して、またレクリエーションもお楽しみいただける様、より一層サービスの向上を図っていく所存でございます。これからも皆様が在宅生活を続けられますよう、微力ではございますがお支えできますと幸いです。

本年度もどうぞよろしく願い申し上げます。

施設長 宇都宮 美己

ホームページQRコードです

特定医療法人財団 博愛会
デイサービスセンター草ヶ江



2024年1月

まごころ弁当

	1 (月)	2 (火)	3 (水)	4 (木)	5 (金)	6 (土)
お休み	お正月お休み			チキンとじゃが芋の旨つゆバター昆布豆 大根の生姜酢和え ピーマン炒め 豆腐のカニ風あんかけ 青菜のピーナッツ和え	グリルハンバーグ インゲンのおかか和え ほうれん草の菜種和え おふくろ煮 枝豆とカニカマの煮物 ツナの玉子とじ	焼き鳥風 人參レモン煮 チンゲン菜のごま和え 大根炊き さつま揚げの味噌炒め <small>ハムとキャベツのマリネ(ドレッシング別添え)</small>
				エネルギー 486kcal 塩分 1.8g	エネルギー 478kcal 塩分 2.1g	エネルギー 463kcal 塩分 1.9g
7 (日)	8 (月)	9 (火)	10 (水)	11 (木)	12 (金)	13 (土)
お休み	鶏肉と里芋のカレー煮 小松菜の柚子和え 白菜のおかか和え ひじきと挽肉の炒め物 春菊のナムル <small>大豆とソーセージのトマト煮込み</small>	豚肉の生姜焼き ぜんまいと竹輪の煮物 ポテトサラダ 茄子のおろし煮 チンゲン菜のお浸し ミニがんも	ガリ бата鶏 パセリ芋 小松菜のナムル 肉野菜煮込み じゃこピーマン 白菜のレモン酢和え	アジの塩焼き 小松菜のおかか和え 野菜のトマト炒め けんちん煮 ピリ辛こんにゃく 青菜と蒲鉾の和え物	鶏肉と野菜のさっぱり煮 インゲン ニラ玉あんかけ じゃが芋としいたけの煮物 チンゲン菜と干しエビの塩炒め 土佐酢和え	豚肉のんにく味噌焼き 梅ごぼう ひじき煮 キャベツとハムの玉子炒め こんにゃくの辛味炒め さつま芋サラダ
	エネルギー 506kcal 塩分 2.6g	エネルギー 516kcal 塩分 2.6g	エネルギー 448kcal 塩分 1.7g	エネルギー 432kcal 塩分 1.7g	エネルギー 457kcal 塩分 2.2g	エネルギー 478kcal 塩分 2.2g
14 (日)	15 (月)	16 (火)	17 (水)	18 (木)	19 (金)	20 (土)
お休み	エビカツ 塩枝豆 フキと油揚げの炒り煮 <small>キャベツとウィンナーのカレー炒め</small> オクラと茄子の和え物 じゃが芋マーボー炒め	ブリ大根 しろ菜のお浸し コーン春雨サラダ じゃが芋のナポリタン風 小松菜の辛子和え だし巻き玉子	和風おろしハンバーグ フロッコリー 白菜の生姜和え 豚肉入り五目きんぴら 南瓜煮 <small>ごまドレサラダ(ドレッシング別添え)</small>	チキンステーキ(塩) バターコーン 筍きんぴら がんもの含め煮 ほうれん草のピーナッツ和え 茄子とピーマンの味噌炒め	豚肉の中華風炒め こんにゃくの中華和え 里芋のごまポン酢和え 大根のうま煮 わかめの青じソサラダ キャベツの塩炒め	サバの利休煮 しば漬げ プレーンオムレツ 野菜のバジル炒め チンゲン菜ときのこのソテー ひじきサラダ
	エネルギー 538kcal 塩分 1.8g	エネルギー 543kcal 塩分 1.8g	エネルギー 493kcal 塩分 2.1g	エネルギー 533kcal 塩分 2.4g	エネルギー 433kcal 塩分 2.5g	エネルギー 542kcal 塩分 2.9g
21 (日)	22 (月)	23 (火)	24 (水)	25 (木)	26 (金)	27 (土)
お休み	ウィンナージャーマンポテト 里芋の煮物 マーボー竹輪 親子煮 ひじきと大豆の煮物 お魚厚揚げ	焼肉メンチ ごぼうサラダ キャベツのレモン酢和え 野菜のクリーム煮 れんこんの生姜炒め ツナマカロニサラダ	トマトオムレツ ピースソテー チンゲン菜とカニカマの和え物 豚大根 コールスローサラダ こんにゃくきんぴら	グリルチキン スパソテー <small>中華ドレサラダ(ドレッシング別添え)</small> 姫高野の炊き合せ 春菊のお浸し 海鮮いか団子	栗かぼちゃコロケ きのこソテー 野菜の三杯酢 マーボー茄子 ほうれん草のバターソテー 小松菜のごま和え	鶏肉と根菜の甘辛生姜煮 スパゲティサラダ <small>ほうれん草とハムのマリネ(ドレッシング別添え)</small> 南瓜とじゃこの煮物 竹輪と昆布の炒り煮 チンゲン菜のお浸し
	エネルギー 568kcal 塩分 2.7g	エネルギー 600kcal 塩分 1.9g	エネルギー 439kcal 塩分 2.0g	エネルギー 486kcal 塩分 2.5g	エネルギー 502kcal 塩分 1.4g	エネルギー 496kcal 塩分 2.1g
28 (日)	29 (月)	30 (火)	31 (水)			
お休み	鶏肉のチリソース炒め ほうれん草のナムル <small>季節の焼売(南瓜)【10月~2月】</small> 野菜のカレー炒め 青菜のお浸し 鶏大豆	サバの味噌煮 チンゲン菜の辛子和え コーンとツナのサラダ マーボー豆腐 昆布の佃煮 さつま芋のレモン煮	豚肉と舞茸の生姜焼き さつま芋のバター炒め 大豆のトマト煮 サケじゃが ほうれん草の三色和え カニ風味酢の物			
	エネルギー 507kcal 塩分 2.0g	エネルギー 593kcal 塩分 2.4g	エネルギー 495kcal 塩分 2.7g			

忘年会

ご利用者の方々と職員で皆で参加！お得意の歌の披露や自前の衣装☆いつも以上に楽しい時間を一緒に過ごさせていただきました。





ジェスチャーゲームでも
もりあがりました！
ご協力いただきましたご利用者の方々に感謝です！

ミネソタの玉子売り♪

