

介護老人保健施設 ゆうあい苑だより

令和5年
11月号

令和5年10月27日発行
担当者 代田 朱実枝

10月の新メニュー・季節のごはん



新メニュー

- 五目釜めし
- みそ汁
- 里芋のそぼろ煮
- 菜の花お浸し



季節のごはん

- 栗ご飯
- 鶏肉の塩だれ焼き
- フロッキーのバターソテー
- モハヤのおかか和え
- ヨーグルト

ゆうあい苑

秋の大運動会!!



11月のトピックス

11月16日(木)

手打ちそばイベント

みなさんの目の前で
職人さんによるそば打ちを実演



お昼は打ちたておそばを実食



11月末

吹奏楽部ボランティアの皆様
来苑予定



2023/11月		レクリエーション予定表				
日	月	火	水	木	金	土
			1 壁面工作	2 歌	3 文化の日	4 ボーリング
						
5 映画	6 整容	7 壁面工作	8 風船バレー	9 誕生日会	10 映画	11 輪投げ
						
12 映画	13 整容	14 口腔レク	15 DVD体操	16 手打ちそばイベント	17 映画	18 ボーリング
						
19 映画	20 傘玉入れ	21 歌	22 壁面工作	23 勤労感謝の日	24 映画	25 かるた
						
26 映画	27 整容	28 塗り絵・脳トレ	29 魚釣り	30 歌		
						
ぜひ、ご参加下さい！！						

食欲の秋



スポーツの秋



天高く
馬肥ゆる秋

芸術の秋



読書の秋





11月予定献立表



	日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3	4
ひる				ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
				けんちん汁	牛肉コロッケ	カレイのタルタル焼き	ホッケの塩焼き
おやつ				鱈の南部焼き	卵の花	かぼちゃのそぼろあん	ごぼうとベーコンの炒め物
				茄子の甘辛炒め	モロヘイヤおかか和え	もやしの胡麻酢和え	さつま芋のサラダ
				ショア	牛乳	ショア	
				せんべい	チョコバウム	ようかんロール	ココアミルク寒天
	5	6	7	8	9	10	11
ひる	ご飯	チャーハン	ご飯	ご飯	麦ご飯	けんちんうどん	ご飯
	ブルコギ風	春雨スープ	すずきの香味漬け焼き	鶏肉の胡麻焼き	チキンカレー	しゅうまい	鶏肉のレモン'ッパ'-焼き
	なめたけ豆腐	じゃが芋ときのこの味噌バター	根菜の煮物	大根の中華風そぼろ煮	チーズサラダ	小松菜のナムル	切干大根煮
	大根の梅和え	キャベツサラダ	春菊の白和え	モロヘイヤの生姜和え	フルーツヨーグルト	ヨーグルト	春雨サラダ
			牛乳	牛乳	福神漬け		牛乳
おやつ	せんべい	メロンムース	マーブルケーキ	せんべい	誕生会★いちごドーム	パンケーキ(あん)	もみじ饅頭
	12	13	14	15	16	17	18
ひる	ご飯	ご飯	きのこご飯	ご飯	手打ちそば(温)	ご飯	ご飯
	さばの塩焼き	鶏肉の中華炒め	サーモンフライ	チーズハンバーグ	手作りかき揚げ	豚汁	ホキの甘酢あんかけ
	豆とひき肉のトマト煮	里芋とさつま揚げの煮物	卵の花	さつま芋のレーズン煮	大根ツナ和え	すずきの柚子胡椒焼き	ひじきの煮物
	いんげんのサラダ	ほうれん草の酢味噌和え	キャベツのゆかり和え	春菊の辛し和え	ぶどうヨーグルト	青梗菜の酢の物	かぼちゃサラダ
	牛乳	ヨーグルト	ショア	牛乳			牛乳
おやつ	せんべい	レモンケーキ	いちごムース	せんべい	パンケーキ(メープル)	杏仁豆腐ブルーベリーソース	バナナムース
	19	20	21	22	23	24	25
ひる	ご飯	ハヤシライス	ご飯	ご飯	麦ご飯	パン	ご飯
	つみれ汁	海藻サラダ	すずきの葱味噌焼き	鮭の塩焼き	麻婆豆腐	ピーナッツジャム	きのこ汁
	豚肉の柳川風煮	パインヨーグルト	炒り豆腐	里芋のそぼろ煮	れんこんの炒り煮	クリームシチュー	あじの南蛮漬け
	菜の花のお浸し		大根のポン酢和え	ブロッコリーの胡麻和え	春菊のお浸し	きのこサラダ	マカロニサラダ
	牛乳		牛乳	ヨーグルト	ヨーグルト	ショア	
おやつ	せんべい	バウムクーヘン	ふかし芋	せんべい	レーズン蒸しパン	プリン	あんどーなつ
	26	27	28	29	30		
ひる	ご飯	焼きそば	麦ご飯	ご飯	ご飯		
	鶏肉の梅肉焼き	中華スープ	秋野菜カレー	チーズメンチ	かに玉		
	茄子の中華煮	いんげんの磯辺和え	ほうれん草と卵のサラダ	卵の花	大学芋		
	白菜の柚子和え	ヨーグルト	みかんヨーグルト	カリフラワーのゴマドレ和え	おくらのお浸し		
	牛乳		福神漬け	牛乳	牛乳		
おやつ	せんべい	パンケーキ(メープル)	いちごムース	せんべい	抹茶ミルク寒天		

※食材等の都合により、献立内容が変更になることがあります。