


8月プログラム&メニュー表

昼食時間：12:00～13:30

| 月 (MON) | 火 (TUE) | 水 (WED) | 木 (THU) | 金 (FRI) | 土 (SAT) | 日 (SUN) |
|---------|-------------------------------------|--|--------------------------------|---|--------------------------|-----------|
| 2 | 3 | 4 | 5 ミュージックタイム 13:30～14:30 | 6 | 7 15:00までの開所 | 8 休館日 |
| 昼食会なし | ブリの韓国風照り焼き チョレギサラダ | カオマンガイ(タイ風チキンライス) 小松菜と人参のナムル (大盛りなし) | 中華風ピーマンの肉詰め 夏野菜とザーサイのあえ物 | 鶏肉となすの甘照り炒め もやし中華サラダ | 白身魚の野菜あんかけ 長芋の海苔ポン酢 | |
| 9 | 10 | 11 リラクゼーション 10:15～11:55 | 12 | 13 園芸プログラム 10:30～11:30 | 14 15:00までの開所 | 15 休館日 |
| 昼食会なし | 豚肉の野菜ロール しらすと大葉の冷奴 | 鮭のから揚げ おろしポン酢 キャベツの胡麻マヨ和え | 鶏むね肉のさっぱり焼き 白滝とごぼうのきんぴら風サラダ | 白身魚の胡麻マヨ醤油だれ 小松菜としめじのあえもの | チンジャオロース きゅうりの中華風和え物 | |
| 16 | 17 嘱託医相談 13:30～15:00 | 18 クラフト教室 13:30～15:30 | 19 | 20 | 21 15:00までの開所 | 22 休館日 |
| 昼食会なし | 五百冷やし中華 ミニ春巻き デザート (大盛りなし) | ブリの揚げ焼き ねぎソース じゃがいものきんぴら | 肉豆腐 夏野菜の香味漬け | ダッカルビ (鶏もも肉と野菜のコチュジャン炒め) カニカマときゅうりのごまポン | 海老カツ 切り干し大根の酢の物 | |
| 23 | 24 | 25 | 26 You&Me 14:00～15:00 | 27 シネマ鑑賞会 14:00～16:00 | 28 15:00までの開所 | 29 休館日 |
| 昼食会なし | 塩サバのバリバリ焼き ニラの卵とじ | 鶏むね肉のポン酢煮 豆苗とツナのあえ物 | 鮭とキャベツの味噌炒め トマトのサラダ | 野菜たっぷりキーマカレー シーザーサラダ デザート (★) | 韓国風チーズインハンバーグ チョレギサラダ | |
| 30 | 31 | <p>〈お知らせ〉 新型コロナウイルス感染拡大防止のため、 一日につき先着9名とさせていただきます。 定員に達し次第締め切らせていただきますので、 あらかじめご了承ください。</p> <p>※食事メニューは主菜・副菜のみ記載しております。</p> | | | | |
| 昼食会なし | なすとひき肉の四川風 野菜のあえもの |  <p>飛沫感染防止のために、 食事は静かに食べましょう</p> | | | | |

メニュー、プログラム等は、場合により変更させていただく場合があります。食事サービスは、こころ野に登録されている方がお申込みいただけます。
 予約の方法：前日14時までに予約表に記入もしくはお電話でご予約をお願いします。14時以降のキャンセルは全額いただきますのでご了承下さい。
 大盛りの場合は30円プラスで430円、★がついている日は50円プラスの450円になります。

都筑区生活支援センター こころ野