







12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)
<p>〈重要なお知らせ〉 現在新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、 当面の間、昼食のご予約を一日につき先着9名とさせていただきます。 また、食事スペースが埋まった際は、前の方が食べ終わるまで フリースペース等でお待ちいただく場合がございます。 ご理解、ご協力の程よろしくお願致します。</p> <p>※食事メニューは主菜・副菜のみ記載しております。</p>			1 外出プログラム「写真展に行こう」 13:30～15:00	2 Xmas飾りつ  13:30～14:30	3 15:00までの開所	4 休館日
<p>飛沫感染防止の為、 黙食をしましょう </p>			油淋鶏 (ユーリンチー) きゅうりの和えもの	(★) タコ飯 豆腐と水菜のサラダ デザート	ごぼう入りハンバーグ グリーンサラダ	
5 Let't ストレッチ 11:00～11:30	6 囁託医相談  13:30～15:00	7	8	9 Xmasリース作り  13:30～15:00	10 15:00までの開所 園芸プログラム 13:30～14:30	11 休館日
昼食会なし	なすのはさみ揚げ キャベツの甘酢漬け	鶏むね肉の甘酢ねぎ炒め しらたきのサラダ	プリのアンチョビソース トマトサラダ	しらたき入りチャプチェ チョレギサラダ	白身魚のみぞれあんかけ れんこんの塩きんぴら	
12	13	14 シネマ鑑賞  14:00～16:00	15	16 クリスマス演奏会  13:30～14:30	17 15:00までの開所	18 休館日
昼食会なし	肉団子と春雨の中華風煮 きゅうりのピリ辛漬け	鮭のちゃんちゃん焼き風 トマトと豆苗のサラダ	揚げ餃子 カブのポン酢和え	塩こうじ鶏と野菜のソテー 切り干し大根のサラダ	(★) シーフードカレー レタスとトマトのサラダ デザート	
19	20	21 リカバリー講座 (SST) 13:30～15:00	22 You&Me  14:00～15:00	23	24 15:00までの開所	25 休館日
昼食会なし	白身魚のチリソース 豆苗ともやしのサラダ	照り焼きハンバーグ ごぼうの胡麻だれサラダ	ポークチャップ わかめときゅうりの生姜和え	塩サバの甘酢あんかけ 小松菜と人参のナムル	500円 (大盛りなし) ＊クリスマスメニュー＊ フライドチキン エビピラフ アボカドサラダ クリスマスケーキ	
26	27	28	29 休館日	30 休館日	31 休館日	
昼食会なし	鶏むね肉のソースフライ 大根の柚子胡椒和え	昼食会なし				

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時までには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。