

10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 Let's ストレッチ  11:00～11:30	5	6 クラフト講座 ハロウィーン飾り  13:30～15:00	7 15:00までの開所	1 8	
昼食会なし	エビシュウマイ たたききゅうりの中華和え	照り焼きハンバーグ グリーンサラダ	鶏むね肉のチキンチャップ マカロニサラダ	大盛りなし 大葉の和風ガパオ 豆苗とツナのサラダ	メカジキのおろしねぎソース トマトときゅうりの酢の物		
9	10	11 ゲームたいむ  13:30～14:30	12	13 外出PGM 「みなとみらい」へ探索へ行こう！ 13:00～16:00	14 15:00までの開所	15 休館日	
昼食会なし	なすのはさみ揚げ カブとキャベツのレモン和え	大盛りなし 豚ひき肉のルーローハン しらたきのサラダ	揚げ塩サバの香味ソース ごぼうと人参のサラダ	鶏肉のカシューナッツ炒め 切り干し大根の酢の物	白身魚の包み蒸し ブロッコリーとトマトの和えもの		
16	17 嘱託医相談  13:30～15:00	18	19	20 シネマ鑑賞会  14:00～16:00	21 15:00までの開所	22 休館日	
昼食会なし	エビとなすのチリソース炒め きゅうりとハムのサラダ	甘辛照り焼きチキン キャベツの胡麻マヨサラダ	麻婆豆腐 春雨サラダ	★ 鮭ときのこのバター醤油ご飯 おからサラダ、青菜のポン酢和え	串カツ ひじきの煮物		
23	24	25 リハビリ講座 NLP  13:30～15:00	26 You & Me  14:00～15:00	27	28 15:00までの開所 園芸プログラム  13:30～14:30 500円(大盛りなし) ☺ハロウィンメニュー☺ ハロウィンデミオムライス サラダ、かぼちゃケーキ	29 休館日	
昼食会なし	和風おろしハンバーグ グリーンサラダ	塩サバのカレー風味焼き ポテトサラダ	鶏手羽元のさっぱり煮 豆腐と水菜のサラダ	白身魚の西京味噌ソース 小松菜の辛し和え			
30	31	<p>★ シーフードカレー グリーンサラダ、デザート</p> <p>＜重要なお知らせ＞ 新型コロナウイルス感染症の感染症法上の位置づけが2類から5類へ変更されたことにより、昼食のご予約人数を緩和していく方向で進めていきます。 ご理解、ご協力の程よろしくお願い致します。 ※食事メニューは主菜・副菜のみ記載しております。</p>					 <p>気持ちよくお食事ができるように心がけましょう。</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。