

9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〉</p> <p>まだまだ暑い日が続きます。体調管理にはくれぐれもお気を付けてください。十分な水分摂取を心がけて下さい。</p> <p>※食事メニューは主菜・副菜のみを記載しております。</p> <div style="text-align: right;">  <p>気持ちよくお食事ができるように心がけましょう。</p> </div>						1
2	3	4 Let's ストレッチ 11:00～11:30 	5	6 防災訓練  10:30～11:30	7 15:00までの開所	8
昼食会なし	鶏むね肉の生姜焼き 青菜のポン酢和え	鮭の竜田揚げ しらたきのサラダ	鶏手羽元の塩ガーリック焼き キャベツときゅうりのサラダ	和風おろしハンバーグ ポテトサラダ	★ 茄子とトマトのチキンカレー グリーンサラダ	休館日
9	10	11 アモリール見学  14:00～15:00	12	13	14 15:00までの開所	15
昼食会なし	ポテト入りエビマヨ ザーサイ冷奴	豚肉となすの味噌炒め もやしのナムル	塩サバのムニエルタルタルソース キャベツのポン酢和え	塩こうじ鶏と野菜のソテー おからサラダ	麻婆豆腐 たたききゅうりの和えもの	休館日
16	17 嘱託医相談  13:30～15:00	18 ピアを語る会  14:00～15:00	19	20	21 15:00までの開所	22
昼食会なし	ごぼう入りハンバーグ きゅうりとわかめの生姜和え	白身魚のみぞれあんかけ きんぴらごぼう	鶏むね塩から揚げ カニカマ入り春雨サラダ	しらたき入りチャプチェ チョレギサラダ	鮭のちゃんちゃん焼き風 トマトと豆腐のサラダ	休館日
23 /30	24	25 リハビリ講座  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	29
昼食会なし	油揚げ餃子 切り干し大根のマヨサラダ	★ シーフードピラフ グリーンサラダ	麻婆なす 豆苗ともやしの和えもの	塩サバの甘酢あんかけ 小松菜と人参のナムル	春巻き 野菜の中華風和えもの	休館日

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。