

# 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)
1	2	3  Xmasリースを作ろう 13:30-15:00	4	5  Xmas飾り付け 13:30-14:30	6 15:00までの開所	7 休館日
昼食会なし	麻婆豆腐 春雨サラダ	しらたき入りチャブチエ チョレギサラダ 	焼き鳥丼 青菜とカニカマの和えもの	鮭とじゃがいものガリバタ炒め 水菜のサラダ	ごぼう入りハンバーグ グリーンサラダ	
8 Let's ストレッチ 11:00-11:30 	9	10  こころ野クリスマス演奏会 13:30-14:30 	11	12	13 15:00までの開所 園芸プログラム 13:30-14:30 	14 休館日
昼食会なし	白身魚の中華あんかけ 切り干し大根の酢の物	塩こうじ鶏と野菜のソテー 大根と人参のマリネ	油揚げ餃子 小松菜の和えもの	豚肉のコチュジャン炒め もやしと人参のナムル	塩サバのタルタルソース添え キャベツのポン酢和え	
15	16 嘱託医相談 13:30-15:00 	17	18	19	20 15:00までの開所 	21 休館日
昼食会なし	ポテト入りエビマヨ ザーサイ冷奴	鶏むね肉のしそレモンソテー 切り干し大根のマヨサラダ	麻婆なす 豆苗ともやしの和えもの	*クリスマスメニュー* フライドチキン エビピラフ 	鮭のちゃんちゃん焼き風 水菜と豆腐のサラダ	
22	23	24 リカバリーレクチャー NLP (3) 13:30-15:00 	25 You&Me 14:00-15:00 	26 大掃除 10:30-11:30 	27 15:00までの開所	28 休館日
昼食会なし	大盛りなし シーフードカレー グリーンサラダ	豚肉となすの味噌炒め 白菜のサラダ	チキンカツレツ わかめの生姜和え	昼食会なし	昼食会なし	
29	30	31  大晦日	<p>〈重要なお知らせ〉 =年末年始の昼食会のお知らせ=</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>12月26日(金)、27日(土) 昼食会なし。</li> <li>新年の昼食会は1月6日(火)からとなります。</li> <li>年末年始は医療機関がお休みとなりますので、体調管理にお気をつけ下さい。</li> </ul> <p>※食事メニューは、主菜・副菜のみ記載しております。</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時までにフリースペースの予約表にお名前を記入、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。ご飯大盛りの場合は50円プラスで500円になります。

