

1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〉 一年始の昼食会のお知らせ＝ ・新年の昼食会は1月6日(火)からとなります。 ・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。</p> <p>※食事メニューは、主菜・副菜のみ記載しております。</p>			<p>1 元旦  休館日</p>	<p>2 休館日</p>	<p>3  休館日</p>	<p>4 休館日</p>
5	6	7	<p>8 くさぶえ太鼓  14:00-15:00</p>	9	<p>10 15:00までの開所</p>	11
<p>昼食会なし</p>	<p>塩サバのカレー風味焼き ポテトサラダ</p>	<p>鶏肉のカシューナッツ炒め 切り干し大根の酢の物</p>	<p>白身魚の包み蒸し ジャがいもと人参の甘辛煮</p>	<p>れんこんのはさみ揚げ 青菜の柚子こしょう和え</p>	<p>大盛りなし **新春特別メニュー** 海老と野菜の天ぷら 赤飯 紅白なます</p>	<p>休館日</p>
<p>12 Let's ストレッチ 11:00-11:30 </p>	13	14	15	16	<p>17 15:00までの開所</p>	18
<p>昼食会なし</p>	<p>鶏むね肉の香味だれ きんぴらごぼう</p>	<p>大盛りなし 豚ひき肉のルーローハン しらたきのサラダ</p>	<p>鮭南蛮 タルタルソース きゅうりの和えもの</p>	<p>豚肉のスタミナ炒め チョレギサラダ</p>	<p>エビシュウマイ 野菜の中華和え</p>	<p>休館日</p>
19	<p>20 嘱託医相談 13:30-15:00 </p>	21	<p>22 You&Me 14:00-15:00 </p>	23	<p>24 15:00までの開所 園芸プログラム 13:30-14:30 </p>	25
<p>昼食会なし</p>	<p>白身魚のみぞれあんかけ キャベツの胡麻マヨ和え</p>	<p>鶏もやしつくね ザーサイの和えもの</p>	<p>大盛りなし 野菜たっぷりキーマカレー グリーンサラダ</p>	<p>揚げ塩サバの香味ソース 切り干し大根のサラダ</p>	<p>油淋鶏(ユーリンチー) もやしの和えもの</p>	<p>休館日</p>
26	27	<p>28 リハビリ講座 SST (1) 13:30-15:00 </p>	29	30	<p>31 15:00までの開所</p>	
<p>昼食会なし</p>	<p>煮込みミニハンバーグ グリーンサラダ</p>	<p>鶏手羽元のさっぱり煮 豆腐と水菜のサラダ</p>	<p>鮭ときのこのバターソテー 人参ともやしのナムル</p>	<p>大盛りなし 大葉の和風ガバオ 豆苗とツナのサラダ</p>	<p>鶏むね肉のおろしポン酢 ごぼうと人参のサラダ</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。