

4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>〈お知らせ〉 ◆13時半には片付けに入ります。昼食は13時半までに食べ終わるようご協力お願いいたします。</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	2	3	4 15:00までの開所	5 休館日
		豚肉のスタミナ味噌炒め チョレギサラダ	ガリバタ醤油ハンバーグ にんじんサラダ	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 じゃがいもと人参の甘辛煮	
6	7	8	9	10	11 15:00までの開所	12 休館日
昼食会なし	れんこんのはさみ揚げ 青菜のぼん酢和え	鶏手羽元のさっぱり煮 豆腐と水菜のサラダ	塩サバのカレー風味焼き ポテトサラダ	大盛りなし ハッシュドポーク グリーンサラダ	エビシュウマイ 野菜の中華和え	
13 Let'sストレッチ 11:00～11:30 	14	15	16	17	18 15:00までの開所	19 休館日
昼食会なし	白身魚のみぞれあんかけ キャベツのごまマヨ和え	大盛りなし 豚ひき肉のルーローハン 白滝のサラダ	油淋鶏（ユーリンチー） もやしの和えもの	鮭ときのこのバタぼんソテー 人参と小松菜のナムル	豚肉の生姜焼き 大根とカニカマの和えもの	
20	21 嘱託医相談 13:30～15:00 	22	23 You&Me 14:00～15:00 	24	25 15:00までの開所	26 休館日
昼食会なし	鶏むね肉のおろしぼん酢 ごぼうと人参のサラダ	揚げ塩サバの香味ソース 切り干し大根のサラダ	大盛りなし 野菜たっぷりキーマカレー グリーンサラダ	鶏もやしつくね ザーサイの和えもの	エビと玉ねぎのフライ 青菜のポン酢和え	
27	28	29 昭和の日 	30	<p>気持ちよく食事ができるように心がけましょう。</p> 		29 休館日
昼食会なし	鮭南蛮 タルタルソース キャベツのお浸し	大盛りなし 大葉の和風ガパオ 豆苗とツナのサラダ	鶏むね肉の香味だれ きんぴらごぼう			

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ください。昼食代は450円、ご飯大盛りの場合は500円になります。