

2020年6月 湧和通信

	月	火	水	木	金	土
午前	1 カラオケ 紙工作 指導員体操	2 カラオケ	3 カラオケ	4 カラオケ 指導員体操	5 カラオケ	6 カラオケ 指導員体操
午後	カーリング 音楽療法（小金澤）	カーリング 習字	カーリング 花遊び 誕生会	カーリング 絵手紙	カーリング 習字 誕生会	カーリング
午前	8 カラオケ 紙工作 指導員体操	9 カラオケ 折り紙（茅根） 指導員体操	10 カラオケ	11 カラオケ 指導員体操	12 カラオケ 指導員体操	13 カラオケ
午後	ストラックアウト	ストラックアウト 習字 音楽（菊池）	ストラックアウト オカリナ（里音・リオン） 習字 誕生会	ストラックアウト 音楽（村山） 誕生会	ストラックアウト 習字	ストラックアウト 誕生会
午前	15 カラオケ 紙工作 指導員体操	16 カラオケ 指導員体操	17 カラオケ	18 カラオケ 指導員体操	19 カラオケ 指導員体操	20 カラオケ
午後	輪投げ 音楽療法（小金澤）	輪投げ 習字 誕生会	輪投げ	輪投げ 絵手紙	輪投げ 習字	輪投げ ハーモニカ(キャンドル)
午前	22 カラオケ 紙工作	23 カラオケ 指導員体操	24 カラオケ	25 カラオケ 指導員体操	26 カラオケ	27 カラオケ
午後	輪投げ 音楽療法（小金澤）	輪投げ 習字 音楽（菊池）	輪投げ 大正琴（鈴木）	輪投げ 音楽（村山）	輪投げ 習字	輪投げ 大正琴（宮崎）
午前	29 カラオケ 紙工作	30 カラオケ	<p>※外出（機能訓練）を予定していましたが、コロナ対策として延期とさせていただきます。</p> <p>※コロナ対策として、活動の変更がございますので、ご了承ください。</p>			
午後	物送り 音楽療法（小金澤） 誕生会	物送り 習字				

2020年6月

6月献立表

食材の関係でメニューは変更になる場合があります。
ご了承ください！ TEL 729-0422

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
1 赤魚の煮付け 根菜炒り煮 薩摩芋のレーズン煮 味噌汁 ヤクルト 522kcal塩分2.4g	2 赤飯 天ぷら 煮物 ほうれん草のお浸し 煮豆・おすまし フルーチェ パイン 632kcal塩分3.0g	3 鶏肉のケチャップ 照り焼き ツナサラダ 小松菜の山葵和え 味噌汁 フルーツ(キウイ) 481kcal塩分2.3g	4 鯖の香味漬け焼き 煮物 浅漬け かきたま汁 オレンジヨーグルト 587kcal塩分3.7g	5 蒸し鶏胡麻味噌がけ 大根の蟹あんあけ 小松菜の 海苔和え おすまし フルーツ(パイン) 467kcal塩分2.6g	6 鮭のコーンマヨ焼き 切干、ひじきサラダ オクラのおかか和え 味噌汁 いちごヨーグルト 525kcal塩分2.1g
8 鯖の塩焼き じゃが芋の金平 ブロッコリーの おかか和え 味噌汁 フルーツ(パイン) 525kcal塩分2.5g	9 ひじきご飯 豚しゃぶ 茄子田楽 小松菜の辛子和え 味噌汁 フルーツ(オレンジ) 588kcal塩分3.7g	10 白身魚の南蛮漬け 煮物 なめ茸おろし 味噌汁 ブルーベリーヨーグルト 570kcal塩分3.6g	11 肉団子 春雨サラダ かぶの甘酢漬け きのこ汁 フルーツ(パイン) 523kcal塩分2.9g	12 鮭の照り焼き 揚げだし豆腐 胡瓜と竹輪の マヨネーズ和え 具沢山汁 フルーツ(バナナ) 555kcal塩分2.3g	13 ひれかつ ツナともやしの和え物 金平ごぼう 味噌汁 フルーツ(オレンジ) 527kcal塩分2.3g
15 チキンカレー グリーンサラダ コンソメスープ マンゴーヨーグルト 563kcal塩分3.1g	16 たらちのチーズ焼き ミモザサラダ 煮豆 スープ フルーツ(パイン) 525kcal塩分2.5g	17 焼売 大根と胡瓜の ごま酢和え 南瓜の甘煮 中華スープ ヤクルト 516kcal塩分2.1g	18 鱈フライ 袋煮 長いものポン酢和え 味噌汁 フルーツ(オレンジ) 589kcal塩分2.9g	19 ロールパン ビーフシチュー グリーンサラダ フルーツ(パイン) 588kcal塩分2.8g	20 白身魚のピカタ 麻婆茄子 薩摩芋のオレンジ煮 味噌汁 フルーツ(バナナ) 542kcal塩分2.9g
22 ホッケの塩焼き 煮物 隠元のピーナツ和え 味噌汁 フルーツ(メロン) 444kcal塩分3.5g	23 デミグラスソース ハンバーグ ジャーマンポテト ほうれん草の わさび和え スープ・バナナ 552kcal塩分2.5g	24 炊き込みご飯 かき揚げ 炒り煮 胡瓜の梅肉和え 味噌汁 フルーツ(パイン) 556kcal塩分3.1g	25 松風焼き 南瓜サラダ キャベツの浅漬け おすまし フルーツ(バナナ) 554kcal塩分2.2g	26 白身魚の葱ソース マカロニのサラダ トマトサラダ 味噌汁 フルーツ(オレンジ) 535kcal塩分2.4g	27 鶏肉の味噌漬け焼き 五目豆 ブロッコリーの卵マヨ 味噌汁 フルーツ(メロン) 591kcal塩分3.1g
29 チキン塩焼き 煮物 大根の醤油漬け 味噌汁 フルーツ(パイン) 444kcal塩分3.5g	30 スパゲッティ ナポリタン ブロッコリーサラダ さつまいものオレンジ煮 スープ フルーツ(メロン) 552kcal塩分2.5g				