

平成28年10月 デイケア予定表&昼食献立表
当デイケアは土日、祝祭日はお休みです。



今月は、運動会があります！



	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
日	3日	4日	5日	6日	7日
主な予定	シャッフルボード	ゲートボール	健康指導体操	書道教室 午後 カラオケ ナイス★キャッチ	ペン字教室 カラオケ 風船バレー
献立おやつ	五目うどん エッグサラダ エクレア 577kcal	米飯 味噌汁 チキン竜田揚げ スパゲティサラダ ショア 644kcal	カレーピラフ スープ 大豆ドレッシング 和え どらやき 622kcal	米飯 味噌汁 豚肉の生姜焼 さつま芋のおかか 和え カステラ 697kcal	松茸ごはん つみれの味噌汁 じゃが芋のそぼろ 炒め お菓子 536kcal
日	10日	11日	12日	13日	14日
主な予定	体育の日	ゲートボール	ふりふりストロー	カラオケ ポーリング	カラオケ 風船バレー
献立おやつ	祝日の為 お休みです	米飯 味噌汁 さばの味噌煮 炒り鶏 パイ饅頭 697kcal	米飯 味噌汁 ハンバーグ ナムル ウエハース 546kcal	五目おこわ 味噌汁 ポテトバター炒め スイートポテト 547kcal	塩ラーメン ミニコロッケ カツゲン 586kcal
日	17日	18日	19日	20日	21日
主な予定	シャッフルボード 運動週間	ゲートボール	シャッフルボード	書道 午後 カラオケ 円盤転がし	ペン字教室 カラオケ 風船バレー
献立おやつ	さんまの蒲焼丼 かきわぬき 花咲カニ風蟹カマ の和え物 饅頭 547kcal	米飯 味噌汁 カツ煮 おかかまよ和え 蒸しパン 649kcal	かき揚げそうめん 南瓜とさつま芋の サラダ ジュース 545kcal	豚丼丼 すまし汁 凍豆腐の揚げ煮 ワッフル 608kcal	ハヤシライス わかめスープ ポテトサラダ ぼんせんえび 640kcal
日	24日	25日	26日	27日	28日
主な予定	シャッフルボード	健康指導体操	折り紙 午後 ホールインワン	カラオケ Let's棒体操	運動会!
献立おやつ	エビフライカレー コーンスープ マカロニサラダ アップルパイ 688kcal	茶そば さつま芋のかき揚げ ビスケット 545kcal	きのこ混ぜご飯 味噌汁 小松菜さっと煮 マドレーヌ 532kcal	鶏照り焼き丼 味噌汁 具だくさん炒り卵 コーヒー牛乳 621kcal	米飯 ワカメスープ 3種のグラタン 大根サラダ タルト 689kcal
日	31日				
主な予定	シャッフルボード				
献立おやつ	赤飯 筑前煮 茶碗蒸し 酢味噌和え ババロア 582kcal	床屋は事前予約が必要です。			

※都合により内容を変更する事があります。ご了承下さい。

