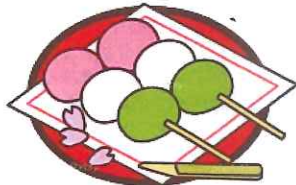


円山デイサービスカレンダー

平成31年4月

	月	火	水	木	金	土	日
午前	機能訓練・体操	機能訓練・体操	機能訓練・体操	機能訓練・体操	機能訓練・体操	機能訓練・体操	休
午後	パソコン・麻雀 囲碁・書道	パソコン・麻雀 書道教室 折り紙	パソコン・麻雀 書道 折り紙	パソコン・麻雀 書道・将棋 機織り	パソコン・麻雀 囲碁・書道	パソコン・麻雀 書道 折り紙	休
レクリエーションは 13:30 14:30 まで行います	月 1日	火 2日	水 3日	木 4日	金 5日	土 6日	日 7日
	ゴルフゲーム	カーリング	落とせ落とせゲーム	パットボーリング	カラオケ	コロコロ買い物ゲーム	休
							
	ご飯 味噌汁 白身魚のチリソース さつま揚げと青菜の煮物 ひじきのドレ和え キャベツ炒め 605kcal	ご飯 味噌汁 豚肉カルピ味噌ダレ 人参サラダ たけのこ炒め煮 昆布豆 667kcal	山菜そば おにぎり 親子いなりの煮物 茄子おかか和え 689kcal	ご飯 味噌汁 豚肉の生姜味噌焼き 山菜炒め煮 大根梅漬 茄子わさび 597kcal	ご飯 すまし汁 たら葱味噌焼き ボン酢和え あさりと大根の炒め煮 菜の花卵のせ 523kcal	開花井 すまし汁 田菜 さつま芋の煮物 白菜のゆず和え 733kcal	
	8日	9日	10日	11日	12日	13日	14日
	カラオケ	カレンダー作り	歌と合奏	ドッチビー	スリッパ飛ばし	キックボーリング	休
	寿 司 ラン チ ュ アー						
							
	ご飯 味噌汁 鶏肉の揚げ煮 南瓜ベーコン炒め 菜の花のからし和え 茄子おかか 651kcal	醤油ラーメン おにぎり 白菜生姜和え さつま芋の煮物 622kcal	ご飯 味噌汁 鶏肉の治部煮 もやしの五目炒め かにかまサラダ ほうれん草の磯和え 632kcal	ご飯 味噌汁 ほっけのバター醤油焼き ひじきの煮物 キャベツ炒め さつま芋のサラダ 633kcal	ご飯 味噌汁 豚肉と白菜の煮込み うま塩サラダ 茄子わさび和え オクラ塩昆布和え 658kcal	ご飯 味噌汁 赤魚煮付け ベーコンの野菜炒め スパゲティサラダ 春菊ごま和え 651kcal	21日
	15日	16日	17日	18日	19日	20日	
カレンダー作り	叩いてポン	円山リコーダーズ	カラオケ	バケツキャッチ	玉入れ		
						休	
ご飯 味噌汁 赤魚のネギ塩だれ 豚バラ大根 枝豆さつま芋サラダ 小松菜のお浸し 647kcal	ご飯 すまし汁 鶏肉ピーナッツ味噌焼き れんこん金平 かぶの梅肉和え 菜の花和え 565kcal	ご飯 味噌汁 鶏のチーズ焼き けんちん炒め いんげんのごまよこし マカロニサラダ 783kcal	カツ丼 味噌汁 煮豆 キャベツしらす炒め あさりと大根の炒め煮 731kcal	ご飯 味噌汁 かれいの梅煮 そぼろと芋の炒め物 小松菜としめじの和え物 コールスローサラダ 570kcal	ご飯 ワカメスープ 鶏肉ごまだれかけ あさりパスタ レンコン炒め チンゲン菜菜種和え 615kcal		
22日	23日	24日	25日	26日	27日		28日
輪投げ	ピタッとボード	コロコロ買い物ゲーム	バケツにポン	的あて	カラオケ	休	
							
チキンカレー 青菜と卵のスープ 南瓜ベーコン炒め ツナサラダ 福神漬 726kcal	ご飯 すまし汁 さばの煮付け 白菜洋風炒め 小松菜帆立和え 南瓜のサラダ 629kcal	ご飯 中華卵スープ 煮込みハンバーグ ジャーマンポテト れんこんの味噌炒め煮 660kcal	ご飯 味噌汁 赤魚の焼き浸し 絞豆腐の炒め煮 ほうれん草ごま和え パンプキンサラダ 588kcal	おかめうどん おにぎり 絹厚揚げとオクラのそぼろあん もやしの柚子和え 572kcal	ご飯 すまし汁 さわらの照り焼き 切干大根の炒め煮 人参サラダ オクラめかぶ 594kcal		
29日	30日						
ボール転がし	カラオケ						休
ご飯 味噌汁 あじの竜田揚げ ひじきの煮物 けんちん炒め マカロニサラダ 731kcal	ご飯 味噌汁 豚肉と野菜のみそ炒め 京がんもの煮物 コールスローサラダ オクラ沢庵和え 678kcal						
							休
							

レクリエーションは

13:30
14:30

まで行います