

円山デイサービスカレンダー

2019年8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	麻雀 囲碁・書道	麻雀 書道教室 折り紙	麻雀 書道 折り紙	麻雀 書道・将棋	麻雀 囲碁・書道	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	火	水	木	金	土	日
8月1日	8月2日	8月3日	8月4日	8月5日	8月6日	8月7日
夏のコサート 	コロコロ買い物ゲーム 	バケツにポン フラワーアレンジ 	ご飯 味噌汁 さばの味噌煮 中華炒め 小松菜としめじの和え物 コールスローサラダ 569kcal	ご飯 味噌汁 ジンギスカン風 梅風味サラダ 茄子おかか そぼろと芋の炒め煮 628kcal	ご飯 味噌汁 あじの南蛮漬け ベーコンとなすの煮物 茄子おかか オクラ沢庵和え 609kcal	休
5日 カレンダー作り 外出行事(茶話会ツアー) 	6日 カラオケ 	7日 歌と合奏 	8日 カーリング 外出行事(茶話会ツアー) 	9日 輪投げ 	10日 カラオケ 	11日 休
ご飯 味噌汁 たらおろしソースかけ 白菜コンソメ煮 しらす和え スパゲティサラダ 674kcal	三色丼 味噌汁 じゃが芋ベーコン煮物 おくらおかか和え 人参サラダ 612kcal	ご飯 味噌汁 あじ竜田揚げ 京がんと煮物 青菜ともやし中華和え なます 674kcal	ご飯 味噌汁 豚肉の玉葱ソース炒め 茄子とえ もやしの五目炒め 梅風味サラダ 606kcal	きつねそば おにぎり ほうれん草と卵の炒め物 茄子わかび和え 971kcal	ご飯 味噌汁 豚肉オイスターソース照焼き 切干大根と大根の葉 ポテトサラダ 小松菜のお浸し 657kcal	休
12日 バケツキャッチ 	13日 カレンダー作り 	14日 カラオケ 	15日 落とせ落とせゲーム フラワーアレンジ 	16日 ピタッとボード 	17日 スリッパ飛ばし 	18日 休
ご飯 味噌汁 八宝菜 シーチキンと青菜の和え物 さつま芋と切昆布の煮物 大根サラダ 581kcal	赤飯 すまし汁 煮しめ 酢の物 菜の花のからし和え 584kcal	ご飯 すまし汁 豚肉と白菜の煮込み 菜種和え 茄子田楽風 切干大根と青菜のサラダ 765kcal	ご飯 味噌汁 あじの竜田揚げ 中華炒め 海藻サラダ じゃが芋バター煮 626kcal	ご飯 味噌汁 豚肉と野菜の味噌炒め 南瓜ベーコン炒め 一口がんもの煮物 枝豆さつま芋サラダ 773kcal	五目ごはん 味噌汁 さばの味噌煮 たけのこの金平風 菜の花からし和え 625kcal	25日 休
19日 歌と合奏 	20日 ドッチビー フラワーアレンジ 	21日 玉入れ 	22日 カラオケ 	23日 キックボレーリング フラワーアレンジ リボン工芸 	24日 的あて 	休
シーフードカレー コンソメスープ コロケ 梅風味サラダ 漬物 711kcal	ご飯 味噌汁 麻婆茄子 厚揚げの味噌炒め れんこん金平 ほうれん草の磯和え 598kcal	ご飯 味噌汁 赤魚野菜あんかけ れんこん炒め 菊花和え 昆布佃煮 517kcal	けんちんうどん おにぎり キャベツしらす炒め きんぴられんこん 631kcal	ご飯 味噌汁 たら甘酢あん 根菜きんぴら ハムキャベツ炒め 大根とセロリサラダ 529kcal	ご飯 味噌汁 豚肉のマヨネーズ焼き 南瓜のそぼろあん ほうれん草ごま和え きやらぶき 646kcal	25日 休
26日 カラオケ 	27日 円山リコーダーズ 	28日 落とせ落とせゲーム 	29日 ボール転がし 	30日 カラオケ 	31日 ゴルフゲーム 	
ご飯 味噌汁 鶏肉の炊き合わせ ひじきの煮物 オクラめかぶ 二色和え 577kcal	ご飯 味噌汁 かれいの南蛮漬け 帆立と大根の炒め煮 もやし中華和え さつま芋のサラダ 601kcal	沖縄ソーキそば おにぎり もやしのチャンプル もずく酢 628kcal	ご飯 すまし汁 カレー風味味噌焼き 京風五目とふきの煮物 こんぶ豆 南瓜ベーコン炒め 579kcal	ご飯 味噌汁 チキン南蛮 さつま芋レーズン煮 もやし五目炒め 菜の花えのき 704kcal	ご飯 味噌汁 赤魚の葱ソース もやし菜の花和え コールスローサラダ 茄子おかか和え 609kcal	

