



# 厨房雑記

介護老人保健施設  
ニューライフ芙蓉

寒くて布団から出たくない…そんな季節になりました(´Д`)↓ふかふかの雪に飛び込んだり、大きな雪だるまを作ったり、何時間も冬を満喫していたあの子は本当に私なのでしょう…皆さんも寒いのは苦手ですよ？これからもっと冷えてくるので風邪に注意して、またインフルエンザやノロウイルスも流行りますので、うがい、手洗い、たっぷりの栄養と休息で予防しましょう(\*^-\*)♪

## 平成30年 11月 通所リハビリテーション 予定献立



日	曜	行事	予定献立	おやつ
1	木		白身魚フライタルタルソース・ちんげん菜とホタテの煮物 ところ天・ヤクルト	焼き芋ロールケーキ
2	金		カレーライス（挽き肉）・カリフラワーの胡麻ドレッシングかけ パン缶・牛乳	おせんべい盛り合わせ
3	土	文化の日	鯖の煮付け・煮豆・玉葱の和風サラダ・卵豆腐	レア抹茶ケーキ
4	日		お休み	
5	月		鮭の白煮・引き昆布の炒め煮・青しそ豆腐・ほうれん草の和え物	一口まんじゅう
6	火		はんぺんチーズフライ・きゃべつの油炒め・ちんげん菜の土佐和え しそひじき	スイスロール（バナナ）
7	水	選択食	A:カラスがいみりん焼き・貝焼味噌漬・長芋の梅がけ和え・みかんジュース B:パンの盛り合わせ・ビーフシチュー・サニタスのサラダ・みかんジュース	杏仁豆腐
8	木		エビピラフ・コンソメスープ・マカロニサラダ・洋梨缶・ジョア	チップスター
9	金		さつまいも汁・山くらげの塩炒め・生姜豆腐・ちんげん菜の塩昆布和え	きんつぽ
10	土		豚すき煮・もやしの油炒め・もずく酢・いそっこ	ブルーベリーヨーグルト
11	日		お休み	
12	月		ハヤシライス・人参の胡麻ドレサラダ・バナナヨーグルト・リンゴジュース	黒胡麻のケーキ
13	火		アジフライのマヨソース・ふろふき大根・パプリカのサラダ・しばわかめ	フルーチェ（メロン）
14	水		中華そば・エビチリ・キャベツとえのき茸の辛子酢みそ和え・飲むヨーグルト	お好みおやつ（選択）
15	木		シチュー・わかめのサラダ・みかん缶・野菜ジュース	和風モンブラン
16	金		ほっけのみりん焼き・きゃべつのみそ炒め・玉葱となめ茸の和え物 ヤクルト	原宿ドック（ココア付）
17	土		煮込みハンバーグ・白かぶの酢・うらごしさつまいも・ズッキーニサラダ	ミルクレーフ
18	日		お休み	
19	月		とんかつ・ビーフン炒め・干びょうの和え物・ごま昆布	苺のミニロールケーキ
20	火		中華丼・冬瓜の酢みそ和え・白桃缶・牛乳	小倉抹茶
21	水		いなり寿司・銀たら塩焼き・茶わん蒸し・野菜ジュース	マドレーヌ（メープル）
22	木		フルコギ風（豚肉）・えびシューマイ・ごま豆腐・長芋の土佐和え	ゆめヨーグルト
23	金	勤労感謝の日	きすの南蛮漬汁・もやしのカレー炒め・小松菜の梅なめ茸和え ポテトサラダ	キャラメルケーキ
24	土		豚の生姜焼き・冬瓜の正油炒め・竹輪のミネソラ和え・春雨中華サラダ	ペアシュークリーム
25	日		お休み	
26	月	選択食	A:鯖の味噌煮・きのこの和風炒め・数の子ときゅうり・野菜ジュース B:パンの盛り合わせ・カレーライス・ボンゴレスープ・野菜ジュース	フルーチェ（りんご）
27	火		カレーライス（ポーク）・フロッコリーサラダ・黄桃缶・牛乳	生どら焼き（抹茶）
28	水		豆腐ステーキ・かぼちゃのいとこ煮・しらたきときゅうりの酢の物 にしん切り込み	しっとりチョコケーキ
29	木		おひょうのムニエル・白菜とホタテの炒め煮・長芋の味よし和え しそ昆布	和菓子 秋のうさぎ
30	金		きつねうどん・人参の天ぷら・きゃべつとたくあんの和え物・ゆづ	牛乳かん

普段は全ての日にみそ汁と漬物がついています。止むを得ず変更する場合がありますがご了承下さい。