



厨房物語

介護老人保健施設
ニューライフ芙蓉
HAPPY NEW
YEAR!! 2019

新年明けましておめでとうございます(*^_^*)♪ 新たな元号に変わりますね、消費税が8%から10%になりますね、話題を変えて七草粥の覚え方ですが、短歌にすると覚えやすいそうです！【せり/なずな、ごぎょう/はこべら、ほとけのざ、すずな/すずしろ、春の七草】どうですか(*^▽^*)？ 今回から通所でバイキングも取り入れてみました(*^-^*) 1月30日の水曜日です。手探り状態でアタフタしてしまうかもしれません宜しくお願い致します。

平成 31年 1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	火	元日	お休み	
2	水		お休み	
3	木		お休み	
4	金		エビとアサリのカレー・ツナとフロッコリーのサラダ・桃ヨーグルト牛乳	和菓子 松竹梅
5	土		中華風炒り卵・わかめの煮浸し・ホタテと玉葱の酢の物 スパゲティサラダ	キャラメルポンコツ
6	日		お休み	
7	月		七草粥・汁の汁・鯖の味噌煮・かぶのサラダ・みかん	原宿ドッグ(チーズ)
8	火		月見うどん・茄子と挽き肉の炒め・ほうれん草の磯辺和え・ヤクルト	チョコレートケーキ
9	水		バラ焼き・青しそ豆腐・ポテトサラダ・ジョア	苺のミニロール
10	木		白身魚の酢豚風・冬瓜の油炒め・ところ天サラダ・EPAの和え物	牛乳かん
11	金	選択食	A:エビピラフ・卵スープ・シーザーサラダ・白桃缶・野菜ジュース B:パン盛合わせ・煮込みハンバーグ・卵スープ・野菜ジュース	抹茶とココアのクレープ
12	土		カレーの煮付け・しらたきのたらこ炒め・いんげんの味噌和え ツナと人参のサラダ	ペアシュークリーム
13	日		お休み	
14	月	成人の日	豆腐ステーキ・かぶの卵炒め・きゅうりとえのき茸の辛子酢味噌和え にしん切り込み	一口まんじゅう
15	火		おろしソースの鯖ソテー・かぼちゃの甘煮・ちんげん菜のお浸し わらびの辛子醤油和え	原宿ドッグ(メープル)
16	水		ねぎとろ丼・茶碗蒸し・ほうれん草の味よし和え・りんごジュース	フルーチェ(ぶどう)
17	木		ポークカレー・生野菜サラダ・パイ缶・牛乳	スイスロール(バナナ)
18	金		唐揚げのとろろみぞれかけ・ふきの煮付け・マカロニサラダ 玉葱となめ茸の和え物	マドレーヌ
19	土		鯖の塩焼き・かぶの煮物・もやしの和え物・みかん缶	チョコミルクレープ
20	日		お休み	
21	月		和風おろしハンバーグ・小松菜と厚揚げの煮物・ところ天 ポテトサラダ	クリームフッセ
22	火	選択食	A:かつ丼・こんにゃくの油炒め・ほうれん草のお浸し・ヤクルト B:パン盛合わせ・じゃが芋と茸のグラタン・レタスのスープ・ヤマト	杏仁豆腐
23	水		ほっけのみりん焼き・細竹の含め煮・ツナとごぼうのサラダ しそひじき	キャラメルロール
24	木		カキフライタルタルソース・白菜とホタテの炒め煮・なめ茸おろし 春雨サラダ	お好みおやつ
25	金		ハヤシライス・水菜とはんぺんのサラダ・黄桃缶・野菜ジュース	フルーチェ(ミックスオレンジ)
26	土		肉豆腐・フロッコリーのかに風味あん・干びょうの酢の物・のり佃煮	黒ごまのケーキ
27	日		お休み	
28	月		シチュー(鶏肉)・大根サラダ・洋梨缶・みかんジュース	ココアワッフル
29	火		味噌ラーメン・中華くらげの和え物・フルーツポンチ・ヤクルト	小倉抹茶
30	水		おでんバイキング ※お好きな具をお選びください♪	チップスター
31	木		さつま汁・ピーマン炒め・塩だし豆腐・塩辛昆布	ゆめヨーグルト

普段は全ての日に汁物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。