



この季節はあじさいが綺麗に咲いているとついつい目で追ってしまいます。あじさいは色が豊富ですが、土が吸収した水の酸度によって色が決まるらしいですよ。酸性なら青、アルカリ性なら赤、中性なら紫に、そして白いアジサイは酸度に左右されない品種らしいです♪面白いお花ですね❀

さてさて、今月の28日は何が出るかは当日までの…「お楽しみごはん」です♪喜んでもらえるといいなあ↑

令和5年6月デイケア(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		キムタクご飯・すまし汁・大根のそぼろあんかけ・干びょうの酢の物 長芋サラダ莖ワサビ入り	紅茶のムース
2	金		バラ焼き・エビボールの含め煮・きゅうりの味よし和え・黄桃缶	キャラメルロールケーキ
3	土		お休み	
4	日		お休み	
5	月		白身魚フライのオーロラソース・ごぼうのおかか煮・もずく酢(カニカマ) ヨーグルト	2つのフチシュー
6	火	選択食	A:赤魚の粕漬焼き・人参の子和え・カリフラワーのドレッシング和え・ジョア(プレーン) B:パン盛り合せ・ビーフシチュー・カリフラワーのドレッシング和え・ジョア(プレーン)	フルーチェ(いちご)
7	水		エビピラフ・パンプキンスープ・水菜とハンペンのサラダ・白桃缶 オクラの湯葉和え	水ようかん
8	木		鯖のカブおろしソース・金時豆の煮豆・きゃべつの和え物・ヤクルト	和菓子 あじさい
9	金		ハヤシライス・生野菜サラダ・パイン缶・野菜ジュース	コーヒーゼリー
10	土		お休み	
11	日		お休み	
12	月		たら味噌漬け・山クラゲの油炒め・人参とエビのマリネ・リンゴジュース	牛乳かん
13	火		煮込みハンバーグ・アスパラのニンニク炒め・長芋の梅ガツオ和え フルーツミックス缶	スイスロール
14	水		いなり寿司・けんちん汁・ほうれん草のとびっこ和え・春雨サラダ	ティラミスケーキ
15	木		かき揚げそば・かぼちゃのいとこ煮・チンゲン菜のナムル・豆と根菜のサラダ	お好みおやつ
16	金		豚肉の生姜焼き・人参しりしり・もずく酢(きゅうり)・ゆず大根甘酢和え	和菓子 父の日
17	土		お休み	
18	日		お休み	
19	月		かに玉・たけのこの油炒め・めかぶの酢の物・根菜の明太サラダ	和玉(ごまあん)
20	火		ビビンバ丼・ナスの生姜煮・オクラの酢の物・洋なし缶	ココアワッフル
21	水		エビフライタルタルソース・ふきと挽肉の油炒め・ケールの梅なめ茸和え 湯葉と昆布の彩り和え	小倉抹茶
22	木		牛皿・大根の油炒め・もずくとろろ・卵の花サラダ	ヨーグルト
23	金		シチュー(チキン)・ブロッコリーのサラダ・みかん缶・ジョア(マスカット)	水まんじゅう
24	土		お休み	
25	日		お休み	
26	月		鶏肉の酢豚風・きんぴらごぼう・きのこおろし・スナックエンドウのお浸し	スイスロール
27	火		豆腐ステーキ・キャベツのみそ炒め・菜の花のごま和え・ひじきとくわいのサラダ	和菓子 桃香
28	水		お楽しみごはん	わらびもち風
29	木		マスのガーリックパン粉焼き・かぼちゃの甘煮・ロマネスコのピーナツ和え 野菜ジュース	和玉(栗あん)
30	金		塩ラーメン・きのこことブロッコリーの油炒め・もやしのナムル・さつま芋サラダ	抹茶のロールケーキ

※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。