

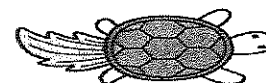


9 月 献 立 表



月	火	水	木	金	土
1 きつねうどん 茄子のオランダ煮 しらすおろし きんとき豆 人形焼き エネルギー 588kcal	2 ごはん 中華スープ 麻婆豆腐 冬瓜のあんかけ チョレギサラダ プリン エネルギー 563kcal	3 えびカレー コンソメスープ コーンサラダ 福神漬け いちごカステラ エネルギー 560kcal	4 敬老会 	5 敬老会 	6 とうきびライス さつま芋のミルク煮 ロールキャベツ ピーマンのソテー せんべい エネルギー 585kcal
8 ごはん 中華スープ 豚肉のオスターソース炒め えびつみれのスープ煮 もやしと豆苗の和え物 アップルムース エネルギー 561kcal	9 ごはん 味噌汁 サバの生巻煮 ちくわの炒め物 小松菜のお浸し パームクーヘン エネルギー 567kcal	10 ごはん コンソメスープ ポークチャップ かぶの洋風煮 ブロッコリーのツナ和え 水ようかん エネルギー 566kcal	11 ごはん 味噌汁 アジの漬け焼き 車麴の煮物 胡瓜のなめ茸和え もみじ饅頭 エネルギー 561kcal	12 ごはん 中華スープ かに玉 春巻き 青梗菜のナムル コーヒーゼリー エネルギー 596kcal	13 ごはん 味噌汁 ホッケのレモン焼き 里芋の煮っころがし マカロニサラダ あんパン エネルギー 580kcal
15 ごはん すまし汁 サワラのもと焼き 高野豆腐の煮物 ほうれん草のお浸し 上用饅頭 エネルギー 566kcal	16 ポークカレー コンソメスープ 春雨サラダ 福神漬け メロンゼリー エネルギー 583kcal	17 にゅうめん 焼き豆腐の煮物 胡瓜のもみ漬け フルーツ あんドーナツ エネルギー 575kcal	18 ごはん コンソメスープ グリルチキン キャベツのソテー かぶの甘酢和え スイスロール エネルギー 573kcal	19 郷土料理(富山) ごはん きのこと汁 ブリ大根 金平ごぼう 里芋のごま和え 炭酸まんじゅう エネルギー 576kcal	20 ごはん 味噌汁 豚肉の細切り炒め じゃがいも煮 白菜サラダ 黒糖ケーキ エネルギー 575kcal
22 ごはん 味噌汁 鶏肉のすき焼風煮 ブロッコリーのツナ炒め 大根なます カステラ エネルギー 562kcal	23 秋分の日 しめじ御飯 すまし汁 千草焼卵 さつま揚げの煮物 インゲンのピーナツ和え おはぎ エネルギー 567kcal	24 ごはん 味噌汁 チキンカツ がんもの煮物 セロリのさっぱり和え ヨーグルト エネルギー 571kcal	25 ごはん 味噌汁 サワラの柚子香焼き うまい菜の煮浸し 卵豆腐 クリームパン エネルギー 568kcal	26 ごはん 味噌汁 豚肉のごまだれ 南瓜の含め煮 春菊のみぞれ和え パインムース エネルギー 571kcal	27 ごはん 味噌汁 白身魚フライ じゃがいも煮 コールスローサラダ 抹茶ゼリー エネルギー 566kcal
29 ふりかけ御飯 味噌汁 赤魚の塩麹焼き かぶの煮物 インゲンのごま和え カスタードケーキ エネルギー 565kcal	30 ごはん 中華スープ 肉団子の甘酢あん さつま芋のみつ煮 小松菜のドレッシング和え ミルククリーム煎餅 エネルギー 581kcal				

2025



活動予定



9 月

	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	椎名PT 脳トレ	カラオケ	二村PT 脳トレ	寺尾PT 敬老会	敬老会	二村PT 脳トレ 理美容
7	8	9	10	11	12	13
	リズム体操	二村PT 卓上レク	二村PT 硬筆	寺尾PT 朗読会 理美容	室崎PT 朗読会 理美容	二村PT 朗読会
14	15	16	17	18	19	20
	椎名PT カラオケ 体重測定	二村PT 硬筆 園児交流会 体重測定	二村PT カラオケ 体重測定 理美容	二村PT カラオケ 体重測定	室崎PT カラオケ 体重測定	二村PT カラオケ 体重測定
21	22	23	24	25	26	27
	カレンダー作り 理美容	二村PT カレンダー作り	二村PT カレンダー作り 生花	二村PT カレンダー作り	カレンダー作り	二村PT カレンダー作り
28	29	30	敬老の日 祝 敬老の日 元気な 長生き を 目指す 元気な 長生き を 目指す 祝 敬老の日			
	硬筆 生花	二村PT 脳トレ 生花 理美容				

<今月のかりんグループ活動>

☆カレンダー作り・敬老会

☆レクリエーション

※ お天気の良い日はお散歩も実施していきます。

※ 活動予定は都合により変更させていただくことがあります。

★ 今月の郷土料理 ★ 富山県『ブリ大根』

富山の一部の地域では、娘の健康と娘婿の出世を祈願し、嫁ぎ先にふりを贈る風習が今でも伝わります。

富山湾で水揚げされたブリは、色・味・形とも最良で魚の王様として楽しまれています。

献立は発注等の都合により、変更する事があります。

足立区日の出デイサービスセンター