

日	曜	献立	カロリー	塩分
3日	月	ご飯 すまし汁 白身魚の西京焼き ジャが芋の土佐煮 しろ菜と蒸し鶏の和え物 (煎餅)	474kcal	2.3g
4日	火	ご飯 味噌汁 牛肉と麩の煮物 甘酢はんぺん 小松菜の菜種和え (クッキー)	495kcal	2.9g
5日	水	ご飯 すまし汁 メヌケの煮付け 山菜と干瓢の炒め物 白菜の和え物 (おやつ)	470kcal	2.7g
6日	木	ご飯 中華スープ 鶏天ぷらのチリソース カリフラワーの和風あんかけ さつま芋の彩りマヨサラダ (饅頭)	590kcal	2.4g
7日	金	ご飯 すまし汁 ぶりの塩焼き 竹輪といんげんの甘辛炒め もやしの酢の物 (クッキー)	499kcal	2.3g
10日	月	ご飯 味噌汁 白身魚のねぎ塩焼き 大根と豚肉の炒め煮 小松菜の酢味噌和え (煎餅)	500kcal	3.1g
11日	火	ご飯 コンソメスープ 照り焼きハンバーグ コンソメビーンス ほうれん草ミルクドレ (煎餅)	581kcal	2.6g
12日	水	ご飯 味噌汁 豚カツ 冬瓜のあんかけ インゲンの白和え (パイ)	587kcal	2.3g
13日	木	ご飯 コンソメスープ 野菜入肉団子のトマト煮 ごぼうのベーコンバター ほうれん草ツナマヨサラダ (饅頭)	516kcal	2.6g
14日	金	ご飯 味噌汁 ソイの磯部焼き 大根の炒め煮 うぐいす豆の芋サラダ (煎餅)	472kcal	1.9g
17日	月	ご飯 味噌汁 豚肉のごま焼き 蓮根豆そぼろ 里芋ハムサラダ (クッキー)	574kcal	2.4g
18日	火	ご飯 シーフードカレー キッシュ風 紅茶みかんゼリー (煎餅)	511kcal	2.8g
19日	水	ご飯 すまし汁 たら青紫蘇香味焼き ペペロン厚揚げ ごぼうサラダ (クッキー)	528kcal	2.9g
20日	木	ご飯 中華スープ ホイコーロー れんこん饅頭 もやしと蒸し鶏の和え物 (饅頭)	533kcal	2.6g
21日	金	ご飯 味噌汁 若鶏の粕煮 焼きビーフン 人参しりしり (煎餅)	602kcal	2.8g
24日	月	ご飯 中華スープ 油淋鶏風 里芋の甘辛そぼろ しろ菜と山くらげの和え物 (煎餅)	468kcal	2.3g
25日	火	ご飯 すまし汁 カレイの塩焼き かぼちゃのこつてり煮 山菜の白和え (クッキー)	444kcal	2.1g
26日	水	ご飯 コンソメスープ 竜田揚げのトマトソースかけ 冬瓜の含め煮 カリフラワー菜種和え (饅頭)	549kcal	3.0g
27日	木	ご飯 味噌汁 タラのおろしソース ピリ辛ごぼう ほうれん草のごま和え (煎餅)	434kcal	2.7g
28日	金	ご飯 ハヤシライス ミートボール フルーツ杏仁 (クッキー)	564kcal	2.6g

「デイサービスってなに？」「利用してみたいな」など
疑問・質問なんでもOKです！見学・体験も随時受け付けております
あゆみ (Tel 840-9195) までご連絡ください。

あゆみだより

デイサービスセンターあゆみ



かすみがうら市坂933-1
029(840)9195

発行責任者：仲澤朋子

今後の予定

- 6/5 手作りおやつ
- 6/13 お出かけデイ
- 6/19 誕生会
- 6/27 制作

2024年



あゆみ開設記念祝い会

皆様に支えられ「5/7」に21周年を迎えることができました

5/8(水) あゆみ開設記念祝い会

センター長あいさつ・職員紹介

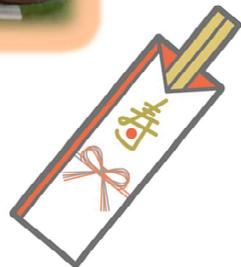


【第3部】 なかよしクラブによる余興

ボランティアによる腹話術、ギター演奏、よさこいソーラン、を鑑賞しました。



会食



【第2部】 会食

ご利用者と職員が共に楽しいひとときを過ごしました。



まるふく介護保険サービス様より
車椅子2台をご寄付いただきました。
ありがとうございました。



社会福祉法人
聖朋会