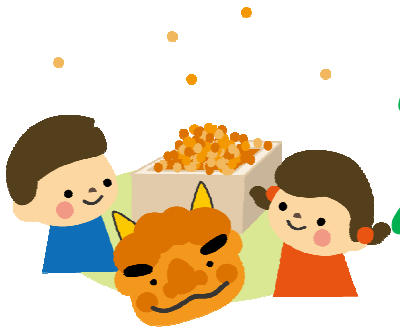
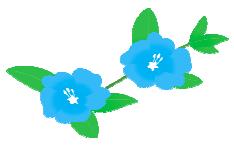
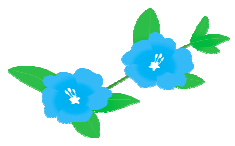
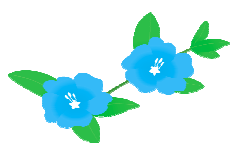
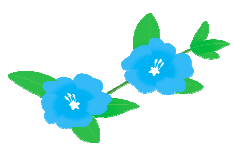
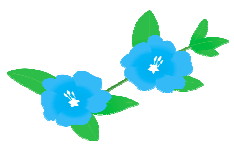
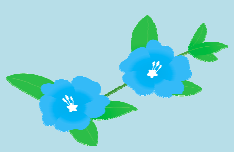
2016年度

自由ヶ丘デイサービスセンター



# 2月予定表

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1/29 | 1/30 | 1/31 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 年始休業 |  |  | 体重測定 | 体重測定 節分鍋物会 | 体重測定 節分鍋物会 | 体重測定 節分鍋物会 |
| 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| 休業日 | 体重測定 | 体重測定 | | | | |
| 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| 休業日 | 石田理学療法士来所 | | イトーヨーカドー移動販売 石田理学療法士来所 | | | |
| 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| 休業日 | | | | | 三浦理学療法士来所 | |
| 26 | 27 | 28 | 3/1 | 3/2 | 3/3 | 3/4 |
| 休業日 | | |  |  |  |  |

## 1月行事報告

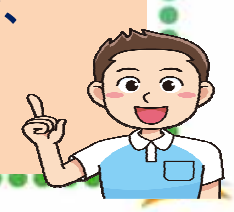
4日(水)～6日(金)までセンターでは
もちつき行事を行いました。
皆様の元気な掛け声のおかげで、
美味しいお餅がつきあがりました。

## 2月行事予定

2日（木）～4日（土）まで、
節分鍋物会を予定しております。
皆様に普段よりも少し
豪華なお食事を
召し上がっていただけるよう
計画しております。

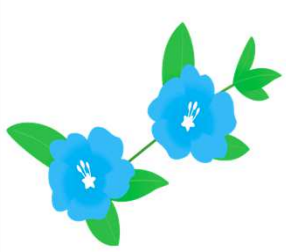
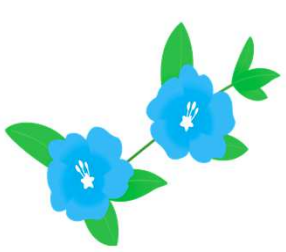
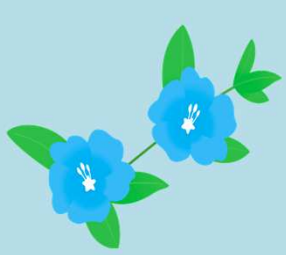
## センターよりお願い

積雪が多くなる時期になりました。
朝は道路が渋滞している
場合がございます。
連絡帳に記載している到着時間から
遅れることもございますので、
皆様のご協力とご理解を
よろしくお願い致します。



# 2月の献立表

食材の仕入れによっては、献立が変更となる場合がございますので、ご了承ください。

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1/29 | 1/30 | 1/31 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 休業日 | | | ご飯<br>みそ汁<br>トンカツ<br>キャベツのゆかり和え<br>スパゲッティサラダ<br>なすの味噌炒め | おにぎり<br>すきやき<br>山東菜のおかかあえ<br>トマトサラダ<br>漬物<br>みかん | おにぎり<br>すきやき<br>菜の花の辛子醤油<br>コールスローサラダ<br>漬物<br>みかん | おにぎり<br>すきやき<br>ほうれん草のくるみ和え<br>大根サラダ<br>漬物<br>みかん |
| 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| 休業日 | ご飯<br>みそ汁<br>サーモン西京焼き<br>ささみとキャベツのごま和え<br>かぼちゃサラダ<br>豚肉と里芋の煮物 | ご飯<br>みそ汁<br>サーモン西京焼き<br>もやしとにらの辛子醤油<br>ブロッコリーサラダ<br>かぶの煮物 | 塩ラーメン<br>おにぎり<br>しゅうまい<br>トマトサラダ<br>飲むヨーグルト | カレーライス<br>ワカメスープ<br>福神漬<br>オムレツ<br>コールスローサラダ | ご飯<br>みそ汁<br>赤魚西京漬焼き<br>もずく酢<br>キャベツの油炒め<br>いかと里芋の煮物 | ご飯<br>みそ汁<br>豚肉のしょうが焼き<br>なめこおろし<br>春菊ののり和え<br>ねりこみ |
| 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| 休業日 | ご飯<br>ワカメスープ<br>メンチカツ<br>マッシュかぼちゃ<br>なすとピーマンのじゃこ炒め<br>ひじきの煮付 | ご飯<br>はらこ飯<br>みそ汁<br>ひじきの煮付<br>チンゲン菜の辛子醤油<br>千枚漬け<br>ヤクルト | ご飯<br>みそ汁<br>銀だらの焼き魚<br>マカロニサラダ<br>大根とがんもどきの煮物<br>キャベツの油炒め | ご飯<br>みそ汁<br>ハンバーグおろしソースがけ<br>アスパラ菜と数の子和え<br>ふきと生揚げのおかか煮<br>マカロニサラダ | 山菜うどん<br>おにぎり<br>豆腐焼売<br>小松菜のごま和え<br>野菜ジュース | ご飯<br>みそ汁<br>ホッケみりんの焼き魚<br>カブのレモン和え<br>肉じゃが<br>白和え |
| 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| 休業日 | ご飯<br>みそ汁<br>さばみりんの焼き魚<br>ブロッコリーサラダ<br>かぶのコンソメ煮<br>にらの卵炒め | ご飯<br>みそ汁<br>さばみりんの焼き魚<br>小松菜のピーナッツ和え<br>肉詰椎茸とじゃが芋のうま煮<br>なすのみそ炒め | ご飯<br>みそ汁<br>エビフライ<br>サーモンマリネ<br>ぜんまいのきんぴら<br>鶏肉とさつま芋のうま煮 | みそラーメン<br>おにぎり<br>つけもの<br>トマトサラダ<br>りんごジュース | ご飯<br>みそ汁<br>ホッケみりんの焼き魚<br>小松菜の菜種和え<br>かぶのえびあんかけ<br>鶏ごぼうの炒め | チキンカレー<br>かき玉スープ<br>福神漬<br>かぼちゃコロッケ<br>レタスときゅうりのサラダ<br>飲むヨーグルト |
| 26 | 27 | 28 | 3/1 | 3/2 | 3/3 | 3/4 |
| 休業日 | ご飯<br>みそ汁<br>魚のムニエル<br>白菜のピーナッツ和え<br>切り干し大根の煮物<br>鶏ごぼう炒め | ご飯<br>みそ汁<br>魚のムニエル<br>切り干し大根の煮付<br>さつま芋甘煮<br>温泉卵 |  | |  |  |