



1月後半の活動計画と昼食・おやつ



			16日(木)	17日(金)			
活動	インフルエンザ シーズン到来 手洗い・うがい 咳エチケット おねがいしま			機能訓練	機能訓練		
昼食				米飯 豚肉味噌焼き 冬瓜のそぼろ煮 キャベツのピーナツ和え 味噌汁 大根	きのこ飯 鯖の生姜煮 青菜のレモン和え 味噌汁 茄子		
おやつ				羊羹	羊羹		
			20日(月)	21日(火)	22日(水)	23日(木)	24日(金)
活動	書き始め	機能訓練	機能訓練	脳トレ	書き始め		
昼食	ハヤシライス 中華風酢もの ゼリー コンソメスープ	米飯 牛の七味焼き 白菜ほたて煮 カリフラワーサラダ 味噌汁 ジャがいも	米飯 刺し身 さつま芋・リンゴ煮 白菜梅じそ和え 味噌汁 大根	米飯 和風ハンバーグ 蓮根金平 チンゲン菜・かに和え かき卵汁	散らし寿司 チキンカツ ほうれん草サラダ 味噌汁 岩のり		
おやつ	ミルクゼリー	ミルクゼリー	ミルクゼリー	ミルクゼリー	りんごコンポート		
			27日(月)	28日(火)	29日(水)	30日(木)	31日(金)
活動	機能訓練	機能訓練	機能訓練	機能訓練	機能訓練	機能訓練	機能訓練
昼食	米飯 魚の粕漬け焼き 春雨の挽肉炒め 味噌マヨネーズサラダ 味噌汁 岩のり	米飯 鶏肉のシチュー チンゲン菜・ ほたて炒め トマト・胡瓜・サ	ひじき飯 タラのマヨネーズ焼き ブロccoliーごま和え 卵スープ ゼリー	米飯 鶏の照り焼き チンゲン菜の卵とじ フルーツ和え 味噌汁 ジャが芋	三色丼 ジャがいも土佐煮 かぶの甘酢あえ 味噌汁 岩のり		
おやつ	りんごコンポート	お汁粉	お汁粉	お汁粉	お汁粉	お汁粉	お汁粉