

デイサービスだより

7月

7月になり、夏の足音が間近に感じられる様になりましたね。今年も暑さの厳しい夏になると予想されています。最近では冷却作用のある冷却タオルやスプレー、寝具用品も数多く販売されていますね。「冷却グッズ」等を上手に活用しながら体調を崩されないようお気を付けくださいね。

6月の思い出



ボーリング大会をしました。ボールがピンに当たる度に歓声が巻き起こりました。



7月のイベント

手作り工作… 1日(月)～3日(水)、7日(日)
3B体操 …8日(月)～10日(水)
レモン湯…20日(土)～26日(金)
レクリエーション

1週目…願いは届け 2週目…ころころカエルゲーム
3週目…スイカの種とぼしゲーム 4週目…カラオケ



笑いヨガです。適度に体を動かしながら笑いもたくさんありました。



7月の散髪予定

美容…4日(木)・17日(水)・22日(月)

田原本デイサービスセンター
〒636-0245
田原本町味間523-1
TEL 0744-33-6066

令和6年 7月分 デイサービスセンター 献立表

	日	月	火	水	木	金	土
昼食		ごはん とろろそば (冷) たけのこのおなか煮 菜の花の胡麻和え (冷)	ご飯 鶏肉の南蛮漬け 付合 (玉ねぎ) ほうれん草とハムのソテー 南瓜のサラダ コンソメスープ (大根)	ご飯 鱈の南部焼き 付合 (人参、オクラ) さつま揚げの煮物 酢の物 (わかめ・あげ) 味噌汁 (もやし)	★奈良のうまいもん★ ご飯 ハンバーグのおろしポン酢かけ 付合 (ブロッコリー) 金平牛蒡 清汁 (とろろ昆布) 葛餅風	高菜チャーハン 焼売 (ポン酢出汁で割る) 青梗菜のマヨネーズ和え 中華スープ 漬物 (紅生姜)	ご飯 鯖の照り焼き 付合 (人参) 卵の花 小松菜の酢味噌和え 味噌汁 (大根)
3時		ぶどうゼリー	レモンケーキ	栗饅頭	りんごゼリー	ロールケーキ (ミルク)	プリン
	7	8	9	10	11	12	13
昼食	★七夕★ カレーライス 星型コロッケ ピーチムース 漬物 (福神漬)	ご飯 豚野菜炒め 昆布豆 白菜のピーナツ和え 清汁 (里芋)	ご飯 白身魚の磯部揚げ 付合 (生姜) さつまいものレモン煮 ほうれん草の白和え 清汁 (とろろ昆布)	ご飯 ポークチャップ 付合 (ピーマン) 小松菜の煮浸し マカロニサラダ コンソメスープ	ご飯 フライ盛り合わせ 付合 (キャベツ) 切り干し大根の煮物 ブロッコリーの塩昆布和え 清汁 (素麺)	★腸活ランチ★ 麦とろご飯 とろろ芋 赤魚のみそ漬け 付合 (きんぴら) オクラとじゃこの酢の物 かす汁	わかめごはん 冷やし中華 焼売 (ポン酢出汁で割る) ほうれん草の土佐和え
3時	七夕デザート	かりんとうドーナツ (黒糖)	ハーベストセサミ	今川焼き	黒糖饅頭	コーヒーゼリー	バナナケーキ
	14	15	16	17	18	19	20
昼食	ご飯 チキンのタルタルソース 付合 (スナックエンドウ) さつま芋のレモン煮 ブロッコリーのサラダ コンソメスープ	ご飯 鯖の塩焼き 付合 (いんげん) 竹輪の煮物 おろし和え 清汁 (豆腐)	~ご当地グルメ~新潟県~ たれカツ丼 付合 (刻みのり) のっぺ 白菜ポン酢和え 味噌汁 (青梗菜) 漬物 (刻みたたくあん)	ご飯 鶏の照り焼き 付合 (ブロッコリー) 炒り豆腐 味噌汁 (青梗菜) りんごゼリー	わかめおにぎり 冷やしそば 肉団子 青梗菜の酢味噌和え	ご飯 豚肉と里芋の照り焼き炒め 付合 (枝豆) 信田巻き コールスローサラダ 味噌汁 (豆腐)	ご飯 親子煮 付合 (グリーンピース) 揚げ茄子 ほうれん草のなめ茸和え 味噌汁 (わかめ)
3時	パリンコ	抹茶饅頭	キャラメルプリン	星たべよ	ワッフル	田舎饅頭	ココナッツサブレ
	21	22	23	24	25	26	27
昼食	ご飯 鱈の和風マヨネーズ焼き 付合 (南瓜) がんもの煮物 菜の花の胡麻和え 清汁 (蕪)	ご飯 鶏から揚げ 付合 (キャベツソテー) ささみとブロッコリーの炒め物 わかめスープ 果物 (杏仁フルーツ)	たらこご飯 お好み焼き 冬瓜の煮物 ほうれん草の白和え 清汁 (えのき)	★土用の丑の日★ 鰻ちらし寿司 かざり 海老と枝豆のふわふわしんじょ 小松菜のお浸し 赤だし (麩) 漬物 (甘酢生姜)	ご飯 豚肉と大根のべっこう煮 付合 (グリーンピース) 玉子焼き いんげんの胡麻和え 清汁 (麩)	ふりかけごはん 冷やしうどん 茄子田楽 菜の花のわさび和え	ご飯 ハンバーグ 付合 (ブロッコリー) ジャーマンポテト コンソメスープ みかんゼリー
3時	りんごゼリー	黒糖ケーキ	ビタミンアセロラ寒天	苺クリームケーキ	かりんとうドーナツ (はちみつ)	パリンコ	オレンジゼリー
	28	29	30	31			
昼食	★お誕生日会★ 五目おこわ 天ぷら 天つゆ 蓮根饅頭 茶碗蒸し シヤインマスカットゼリー	きのこのピラフ ラタトゥイユ マカロニサラダ ポタージュスープ	ご飯 揚げ魚の野菜あんかけ 長芋の煮物 白菜のピーナツ和え 味噌汁 (麩)	夏野菜カレー 付合 ツナサラダ 漬物 (福神漬) パインムース			
3時	ショコラケーキ	パウムクーヘン (チョコ)	エリーゼ	パンケーキ	<h1>7月</h1>		