

# デイサービスだより 1月

新年明けましておめでとうございます

昨年もたくさんの方々の笑顔を  
ありがとうございました。  
今年も皆さまが、  
元気で楽しく過ごしていただけれるよう  
職員一同お手伝いさせていただきます。  
本年もよろしくお願ひいたします。

## 1月の散髪予定

美容…6日(火)、21日(水)、26日(月)

## レクリエーション

- 1週目…円盤ショット
- 2週目…カラオケ
- 3週目…馬を追いかけ
- 4週目…カラオケ

## 1月イベント

新年会…1日(木)・2日(金)・3日(土)  
しょうが湯…19日(月)～25日(日)  
持ち帰り工作…20日(火)

## お知らせ

1日(木)・2日(金)・5日(月)  
個別機能訓練は  
**お休み**させていただきます。

田原本園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8年1月ディサービス献立表



日	月	火	水	木	金	土
昼食				1 赤飯 塩焼き 祝い蒲鉾 和え物 煮しめ ほうれん草巻き 紅白なます 数の子 伊達巻き 黒豆 栗きんとん 清汁 紅白饅頭	2 鯛めし 鶏肉の幽庵焼き 付合 蓮根饅頭 清汁	3 炊き込みご飯 天ぷら盛り合わせ 玉子焼き 青梗菜の湯葉和え 紅白にゅう麺
4	5 三色丼 もずく酢 味噌汁（しろ菜） 果物（洋梨缶）	6 ゆかりご飯 きつねうどん 冬瓜の煮物 抹茶ゼリー	7 ご飯 白身魚の和風マヨ焼き 付合（ピーマン） さつま芋の甘露煮 小松菜の柚子和え 味噌汁（玉ねぎ）	8 ピラフ ソイフリット ブロッコリーのサラダ コンソメスープ	9 ご飯 和風ハンバーグ 付合（エンドウ） 茄子の田楽 白菜の塩昆布和え 清汁（素麺）	10 ～ご当地グルメ～栃木県～ えびす丼 ※ご飯の上にキャベツ ※五一、とろろの順 ※生キャベツを千切りして下さい ひじきの煮物 かきたま汁 果物（フルーツカクテル缶）
いちごムース	黒糖饅頭	ミニバウム	一口カステラ	コーヒーゼリー	パンケーキ	クッキー
11	12 ご飯 木の葉煮 鶏レバーのあんかけ ほうれん草のポン酢和え 味噌汁（さつま芋）	13 チキンライス メンチカツ 野菜サラダ コンソメスープ	14 ご飯 豚肉の塩だれ炒め とうろく豆 インゲンの香味和え 清汁（麸）	15 ★小正月★ あずきご飯 鰯の塩焼き 付合（大根おろし） 青梗菜の湯葉和え 茶碗蒸し 果物盛り合わせ	16 ゆかりご飯 山菜そば しろ菜の和え物 苺ゼリー	17 ご飯 白身魚のみりん焼き 付合（エンドウ） 金時豆 小松菜のわさび和え 味噌汁（大根）
星たべよ	柚子寒天	抹茶饅頭	青りんごゼリー	ウエハース	カステラドーナツ	黒蜜きな粉プリン
18	19 キーマカレー 海藻サラダ 福神漬 果物（りんご缶）	20 ★からだに効く薬膳料理★ ～風邪予防～ ご飯 鯖と大根のキムチ煮 トッピング 小松菜の和え物 白ネギと豆腐のスープ 果物（みかん）	21 ご飯 チキンカツ 付合（ピーマン） しろ菜の煮浸し マカロニサラダ 味噌汁（玉ねぎ）	22 ゆかり飯 かやくうどん 白菜の塩昆布和え フルーツ寒天	23 ご飯 ポークソテー <sup>1</sup> 付合（キャベツ） 金時豆 もやしのドレッシング和え 味噌汁（麸）	24 炒飯 しろ菜のナムル 中華スープ 果物（白桃缶）
レモンケーキ	牛乳ケーキ	パインムース	ミニバウム	栗まんじゅう	オレンジゼリー	メープルパンケーキ
25	26 ★お誕生日会★ ちらし寿司（素） かざり まいたけの天ぷら 小松菜の辛子和え 赤だし	27 ゆかりご飯 五目そば かき揚げ 胡瓜の柚子和え	28 ご飯 鶏肉のたれ炒め とうろく豆 しろ菜のお浸し 清汁（麸）	29 スクランブルカレー トッピング（スクランブルエッグ 苺ヨーグルト 漬物（福神漬）	30 ご飯 白身魚の焼き南蛮漬け 枝豆つみれのあんかけ 青梗菜の香味和え 清汁（とろろ昆布）	31 衣笠丼 ほうれん草のわさび和え 清汁（素麺） 果物（みかん缶）
ロールケーキ2種	星たべよ	抹茶寒天	黒糖ケーキ	あんドーナツ	苺ムース	白い風船