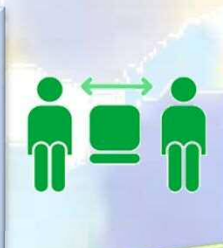


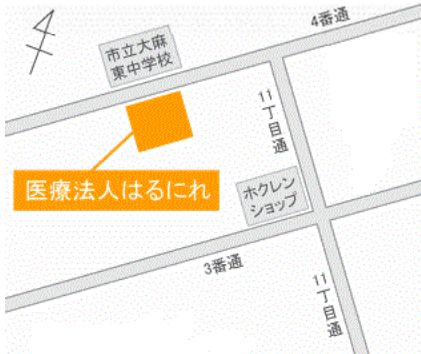


秋の味覚ごはん

今月は、秋の食材を使用した洋風メニュー
となっています♪提供回数が少ないパスタ
がメインでしたが、珍しいと大好評で、もちろ
ん副食がタイトルである秋の彩りに一役かっ
てくれたのは言うまでもありません♡



以前ご周知しましたように、感染
予防として、十分の距離をとりなが
ら過ごして頂けるように、レイアウト
変更を行っております。皆様には
大変ご不便をお掛けしますが、ご
理解ご協力をお願い致します。



最後までお読み下さり、ありがとうございます。名前の『elm』は「エルム」と読み、
私どもの事業所の名前の基になっている「はるにれ」の英語名からとりました。
その名の由来の「はるにれ」のように、この便りも長く広く愛される存在になれる
ように、皆様にお送りしてまいります。

医療法人はるにれ 通所リハビリテーション
● 住所： 江別市大麻北町607番2
● 電話： 011-386-2330
● ホームページ： <http://www.irryo-harunire.o>



令和2年 **11月** 月間予定表

	月	火	水	木	金
	2	3	4	5	6
昼食	御飯 清まし汁 鮭のチャンチャン焼き さつま芋金平 菜の花の白和え 塩分～ 2.7	御飯 味噌汁 サンマの塩焼き 南瓜の含め煮 小松菜のゆず胡椒和え 塩分～ 2.6	エビピラフ 豆腐スープ チキンのトマト煮 シーザーサラダ 塩分～ 3.2	牛丼 味噌汁 かぶのえびくず煮 胡瓜の酢の物 塩分～ 3.2	かきあげそば 旬彩焼き くずきりの酢の物 塩分～ 4.4
おやつ	もも饅頭	フルーチェ	今川焼	豆乳プリン	たい焼き
午後の活動	ストレッチング 棒倒し	棒体操 ベタンク	足の筋力アップ 輪投げ	ストレッチング 的当て	カラオケ
	9	10	11	12	13
昼食	松花堂 弁当	キーマカレー わかめスープ コールスローサラダ ミルクプリン 塩分～ 3.3	パン コンソメスープ デミグラスシチュー マリネ 黄桃缶 塩分～ 4.1	海鮮塩ラーメン 春巻き コーヒーゼリー 塩分～ 6.7	御飯 味噌汁 揚げ出し豆腐 ピーマンのそぼろ炒め もずく酢 塩分～ 2.3
おやつ		抹茶ゼリー	ようかんロール	今川焼	クレープ
午後の活動	棒体操 ベタンク	ストレッチング 棒倒し	棒体操 ボーリング	足の筋力アップ ピンポンでポン!	棒体操 お手玉投げ
	16	17	18	19	20
昼食	かつ丼 清まし汁 ミニおでん カブのしば漬け和え 塩分～ 3.6	たぬきうどん いもち ワインゼリー 塩分～ 6.3	御飯 清まし汁 鶏のねぎ塩だれ ニンニクの芽の炒め物 なすの揚げびたし 塩分～ 2.7	松花堂 弁当	御飯 味噌汁 鶏の韓国風 さつま芋の煮物 もやしのだし和え 塩分～ 2.7
おやつ	マンゴープリン	カスタードケーキ	エクレア		よもぎまんじゅう
午後の活動	足の筋力アップ ミニゴルフ	カラオケ	ストレッチング ジェスチャーゲーム	棒体操 棒倒し	足の筋力アップ 頭の体操
	23	24	25	26	27
昼食	ぎつねそば 南瓜焼売 もやしのごま味噌和え 塩分～ 5.4	御飯 味噌汁 アジフライ 里芋の煮物 オクラのツナ和え 塩分～ 2.7	チャーハン 豆腐スープ 麻婆ナス リャンバンサンズー 塩分～ 3.1	御飯 味噌汁 さばの味噌煮 れんこん金平 キャベツの沢庵和え 塩分～ 2.6	ビビンバ丼 白菜のスープ トマトサラダ 豆乳プリン 塩分～ 3
おやつ	フルーチェ	フルーツカクテル	ビーチゼリー	クレープ	黒ゴマプリン
午後の活動	カラオケ	棒体操 お手玉投げ	ストレッチング 棒倒し	足の筋力アップ 頭の体操	ストレッチング 的当て
	30				
昼食	パン ミネストローネ 鶏の香草焼き 白菜のミルク煮 南瓜のサラダ 塩分～ 3.1				
おやつ	ビーチゼリー				
午後の活動	棒体操 お絵描きですよ				

※献立・活動内容は変更になることがあります。