



令和2年12月発行



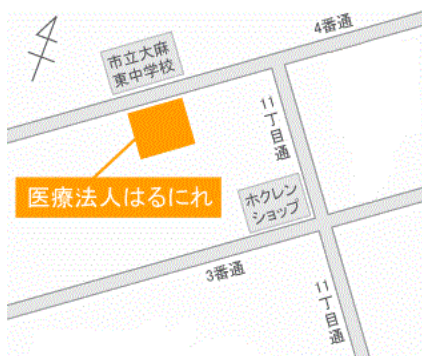
今月のお楽しみ食はクリスマスランチです♡かわいく型取ってもらい、おやつにはロールケーキもあり特別を演出しました♪

今日は豪華だよ♪

豪華景品が当たるビンゴ大会は盛り上がりました



感染予防対策等に関するアンケートのご協力ありがとうございました。集計結果を後日配布致します。



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.or.jp/>



令和3年

1月

月間予定表

	月	火	水	木	金
	4	5	6	7	8
昼食	てまり寿司		カレーライス たまごスープ パプリカのマリネ ミルクプリン 塩分～ 3.4	きしめん 豆腐の磯部揚げ 胡瓜の甘酢和え 塩分～ 6	チキンライス コーンポタージュ ブロッコリーの香り炒め ポテトサラダ もずく酢 塩分～ 3.4
おやつ			コーヒーゼリー	まんじゅう	たい焼き
午後の活動	ストレッチング ベタンク	足の筋力アップ ミニゴルフ	棒体操 ピンポンでポン	ストレッチング お手玉投げ	足の筋力アップ 的当て
	11	12	13	14	15
昼食	ちゃんぽん風ラーメン エビシューマイ 大根サラダ 塩分～ 7.4	天丼 清まし汁 胡瓜とかにの酢の物 パイン缶 塩分～ 2.6	中華おこわ わかめスープ サワラの磯部焼 もやしのナムル 杏仁豆腐 塩分～ 2.6	パン きのこスープ チキンのトマト煮 マカロニサラダ カクテルゼリー 塩分～ 2.3	御飯 清まし汁 メバルのごま煮 さつま芋金平 千枚漬け 塩分～ 2.1
おやつ	フルーツカクテル	チョコババロア	まんじゅう	フルーチェ	ワッフル
午後の活動	棒体操 棒倒し	ストレッチング ストラックアウト	足の筋力アップ お絵描きですよ	棒体操 ゲートボール	ストレッチング ピンポンでポン
	18	19	20	21	22
昼食	御飯 味噌汁 鶏肉の一味焼き チンゲン菜の炒め物 くずきりの酢の物 塩分～ 2.4	にゅうめん 南瓜コロッケ ツナ胡瓜和え 塩分～ 6.3	御飯 清まし汁 サバの香味焼 高野豆腐の含め煮 白菜のキムチ和え 塩分～ 2.7	シーフードピラフ ミネストローネ ロールキャベツコンソメ煮 スパゲティサラダ 塩分～ 3.1	チキンカレー コンソメスープ もやしのサラダ オレンジ 塩分～ 3.7
おやつ	今川焼	黒ゴマプリン	ホットケーキ	いちごヨーグルト	抹茶ゼリー
午後の活動	足の筋力アップ ポーリング	棒体操 的当て	ストレッチング お手玉投げ	足の筋力アップ ミニゴルフ	棒体操 ストラックアウト
	25	26	27	28	29
昼食	親子丼 味噌汁 おからの炒り煮 焼きなす 塩分～ 3	御飯 清まし汁 さばの味噌煮 れんこん金平 かぶのかおり和え 塩分～ 2.3	山菜そば 天ぷら盛り合わせ ミルクプリン 塩分～ 4.6	御飯 味噌汁 カレイの南蛮漬け 大根のカニあんかけ 南瓜のサラダ 塩分～ 2.7	パン コンソメスープ メンチカツ マカロニソテー ブロッコリーとえびのごまドレ和え 塩分～ 2.6
おやつ	クリームコンフェ	チョコババロア	ようかんロール	オレンジゼリー	まんじゅう
午後の活動	ストレッチング ミニゴルフ	足の筋力アップ ゲートボール	棒体操 的当て	ストレッチング ベタンク	足の筋力アップ 頭の体操

※献立・活動内容は変更になることがあります。