





# 今月の お楽しみ食






世間では出掛ける機会も増える中、高齢者施設や事業所はまだ感染対策継続中となっています。。

そんな中でも、新幹線に乗りどっか遠くへ行きたいな～と言う皆様の要望に応える食事を作ってもらいました



通所のニューフェイス！

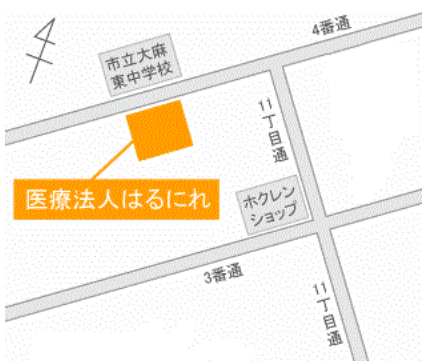


むかーし昔、はるにれに立派な売店があった時に使用していた、パンやおにぎりの飾り棚をガイドブック置きにしました～！！



## まったり珈琲タイム





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5年



月間予定表

	月	火	水	木	金
				1	2
昼食				御飯 コンソメスープ <small>鶏肉のバジルムニエルとマリネ添え マカロニのチーズカレーソテー</small> 塩分～ 1.6	赤飯 赤だし味噌汁 揚げ出し豆腐 そら豆入り茶碗蒸し 洋梨缶 塩分～ 3
				おやつ ブルーベリーヨーグルト	おやつ たい焼き
午後の活動				足の筋力アップ 頭の体操	テレビ体操 お手玉積み
	5	6	7	8	9
昼食	あさり御飯 清まし汁 鶏肉の塩麴焼き ほうれん草の白和え 漬物 塩分～ 3.3	挽肉と大豆のカレー コンソメスープ わかめサラダ オレンジ 塩分～ 3.5	御飯 清まし汁 <small>豆腐ハンバーグのおろしソース</small> 味噌大学芋 ごま昆布 塩分～ 2.4	かきあげそば 胡瓜の酢の物 水ようかん 塩分～ 3.9	御飯 中華スープ 麻婆豆腐 春雨の旨塩炒め チンゲン菜のナムル 塩分～ 2.4
	おやつ ココアワッフル	おやつ ホイップ&ソースサンド	おやつ プリン	おやつ 柚子まんじゅう	おやつ マスカットゼリー
午後の活動	足の筋力アップ お手玉投げ	カラオケ	棒体操 テーブルカーリング	テレビ体操 カーリング	ストレッチング 的当て
	12	13	14	15	16
昼食	御飯 味噌汁 2種の手作りすりみ揚げ 南瓜のそぼろあんかけ 白菜のさくら和え 塩分～ 2.6	チャーハン わかめスープ 豆腐のチリソース もやしのザーサイ和え 杏仁フルーツ 塩分～ 2.7	パン コンソメスープ 肉団子のクリーム煮 ほうれん草のソテー チョコババロア 塩分～ 2.9	白菜と挽肉の中華丼 卵スープ 春雨のキムチ和え 洋梨缶 塩分～ 2.4	野菜入り旨塩にゅうめん 信玄南瓜 もやしのナムル オレンジ 塩分～ 5.7
	おやつ 黒ごまプリン	おやつ 抹茶水ようかん	おやつ くずまんじゅう(さくら)	おやつ フルーチェ(オレンジ)	おやつ みたらし団子
午後の活動	テレビ体操 お絵描きですよ	棒体操 ゲートボール	ストレッチング 割りばし倒し	足の筋力アップ ストラックアウト	棒体操 頭の体操
	19	20	21	22	23
昼食		御飯 卵スープ <small>鶏肉のタルタルソースとマリネ添え マカロニのポロネーゼ風</small> 塩分～ 1.6	御飯 味噌汁 赤魚の塩麴焼き 野菜とかにかまの天ぷら ほうれん草と沢庵の和え物 塩分～ 3.7	菜めし御飯 味噌汁 色彩卵焼き 野菜と鶏肉の煮物 漬物 塩分～ 2.8	ハヤシライス きのこスープ マリネ フルーチェ(ピーチ) 塩分～ 2.8
	おやつ 	おやつ 紅茶ゼリー	おやつ マーブル蒸しパン	おやつ 今川焼(こしあん)	おやつ カフェ
午後の活動	ストレッチング 棒運びリレー	足の筋力アップ お手玉積み	テレビ体操 タオル投げ	カラオケ	足の筋力アップ カウボーイ輪投げ
	26	27	28	29	30
昼食	ゆかりかけ御飯 清まし汁 鶏肉の味噌煮 千切り長芋 漬物 塩分～ 2.4	わかめうどん 変わり卵焼き フルーツカクテル 塩分～ 4.6			
	おやつ 青りんごゼリー	おやつ さつま芋の胡麻まぶし	おやつ 	おやつ 塩分～	おやつ 塩分～
午後の活動	カラオケ	ストレッチング 魚釣りゲーム	足の筋力アップ ボーリング	ストレッチング ピンポンでポン	棒体操 コロコロゲーム

※献立・活動内容は変更になることがあります。  
当施設で使用しているお米は国内産です。