



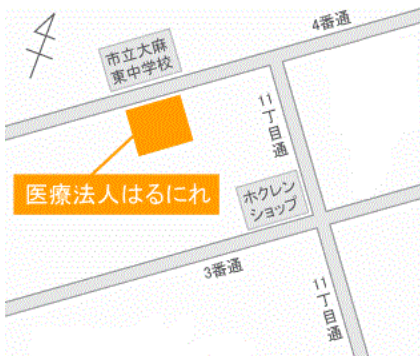
# 台湾料理

今月は海外に行った気分を味わってもらうため、珍しい料理の提供です！！主食は角煮・チンゲン菜・卵を使ったルーローハンと大根ベースのスープはルオポータンと言ひ、付け合わせに、トウフオと言うフルーツが盛りだくさんのデザートをお出ししました～

## 将棋の時間



趣味活動も最近は盛んになってます！



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5年



月間予定表

|       | 月   | 火   | 水  | 木   | 金   |
|-------|---|---|--|---|---|
|       |   | 1   | 2  | <p style="text-align: center; font-size: 2em; color: red; font-weight: bold;">屋台メニュー</p> <p style="text-align: center; font-size: 2em; color: red; font-weight: bold;">夏まつり</p> |   |
| 昼食    |   | 御飯<br>味噌汁<br>鶏肉のオイスター煮込み<br>ビーフンのスープ煮<br>もやしの旨塩ナムル<br>塩分～ 2.5 | 天かすと青のりの混ぜご飯<br>味噌汁<br>2種の手作りさつま揚げ<br>くずきりと柚子の酢の物<br>漬物<br>塩分～ 2.4 |   |   |
| おやつ   |   | どら焼き  | アイスクリーム  |   |   |
| 午後の活動 |   | カラオケ  | 足の筋力アップ<br>お手玉投げ   |   |   |
|       | 7   | 8   | 9  | 10  | 11  |
| 昼食    | とうもろこし御飯<br>味噌汁<br>さばの黒酢照り焼き<br>柚子風味茶碗蒸し<br>七夕杏仁フルーツ<br>塩分～ 3.1 | 御飯<br>コンソメスープ<br>鶏肉のトマトソースと野菜添え<br>マカロニのバジルソテー<br>塩分～ 1.9     | 御飯<br>味噌汁<br>豚肉のごま漬け焼き<br>キャベツののり塩炒め<br>とろろ芋<br>塩分～ 2.5            | ざるそば<br>変わりかき揚げ<br>小松菜のドレッシング和え<br>フルーツみつ豆<br>塩分～ 4.8   | ハンバーグカレー<br>コンソメスープ<br>大根のレモン和え<br>フルーチェ (いちご)<br>塩分～ 3.4 |
| おやつ   | 抹茶ゼリー   | ココアプリン  | ドームケーキ(チョコ)  | レーズン蒸しパン  | 揚げまんじゅう   |
| 午後の活動 | カラオケ  | 棒体操<br>ゲートボール   | テレビ体操<br>コロコロゲーム   | ストレッチング<br>ストラックアウト   | 足の筋力アップ<br>ピンポンでポン  |
|       | 14  | 15  | 16   | 17  | 18  |
| 昼食    | 冷やしラーメン<br>カニシュウマイ<br>マンゴープリン<br>塩分～ 5.2                        | 鶏肉の蒲焼丼<br>味噌汁<br>信玄南瓜<br>キャベツの浅漬け<br>塩分～ 2.3                  | メロンパンと胚芽ロール<br>コンソメスープ<br>メンチカツ<br>わかめサラダ<br>コーヒーゼリー<br>塩分～ 2.2    | 枝豆と梅の炊き込みご飯<br>清まし汁<br>サワラの幽庵焼き<br>キャベツの塩麴漬け<br>白桃缶<br>塩分～ 2.9  | 御飯<br>味噌汁<br>豚すき<br>なすの柚子胡椒たれ<br>漬物<br>塩分～ 2.6            |
| おやつ   | くずまんじゅう (さくら)   | 水ようかん   | 手作りホットケーキ  | 杏仁豆腐  | たい焼き  |
| 午後の活動 | テレビ体操<br>棒運びリレー   | ストレッチング<br>カーリング  | 棒体操<br>タオル投げ   | 足の筋力アップ<br>お手玉投げ  | ストレッチング<br>魚釣りゲーム   |
|       | 21  | 22  | 23   | 24  | 25  |
| 昼食    | 麻婆豆腐丼<br>中華スープ<br>白菜のザーサイ和え<br>フルーツカクテル<br>塩分～ 1.7              | カレーピラフ<br>コンソメスープ<br>鶏肉のコーンシチュー<br>大根のマリネ<br>塩分～ 2.2          | 冷やしちくわ天おろしうどん<br>たたき胡瓜<br>バナナ<br>塩分～ 4.8                           | 御飯<br>コンソメスープ<br>つくねのトマトマリネと前菜添え<br>カリフラワーのバジルソテー<br>塩分～ 2.3  | 御飯<br>味噌汁<br>さばの黒酢からめ<br>根菜煮<br>白菜のさくら和え<br>塩分～ 2.3       |
| おやつ   | 紅茶ゼリー   | クリームコンフェ  | バニラババロア  | 揚げいも団子  | いちごヨーグルト  |
| 午後の活動 | 棒体操<br>頭の体操   | 足の筋力アップ<br>お手玉積み  | ストレッチング<br>割りばし倒し  | 棒体操<br>ゲートボール   | テレビ体操<br>ストラックアウト   |
|       | 28  | 29  | 30   | 31  |   |
| 昼食    | ゆかりかけ御飯<br>味噌汁<br>太刀魚の塩麴焼き<br>鶏肉と大豆の煮物<br>とろろ芋<br>塩分～ 3.5       | 白だしそうめん<br>揚げ出し豆腐<br>マンゴーゼリー<br>塩分～ 3.9                       | 御飯<br>卵スープ<br>チキンカツとコロック添え<br>さつま芋のレモン煮<br>塩分～ 1.9                 | チキンカレー<br>わかめスープ<br>キャベツのイタリアンサラダ<br>洋梨缶<br>塩分～ 3.1   |   |
| おやつ   | パイとあんソース添え  | まんじゅう   | オレンジゼリー  | 青りんごゼリー   |   |
| 午後の活動 | ストレッチング   | 棒体操<br>ボーリング  | 足の筋力アップ<br>的当て   | カラオケ  |   |

※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。