



# 郷土料理



今月のお楽しみ食は『郷土料理』です！！  
青森県ゆかりのあるせんべい汁や牛バラ肉など  
なかなか食べれない料理を提供致しました♪  
少しでも旅行気分を味わっていただけ  
ましたか？



## 中学生さんの 職場体験

コロナ流行御、初めての学生さん  
の訪問がありました！江別中央中  
学校の学生さんです！2日間の職  
業体験  
での訪問でした！



※掲載の許可はいただきました



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

11月

月間予定表

	月	火	水	木	金
			1	2	3
昼食			御飯 味噌汁 豚肉のちゃんちゃん焼き風 じゃが芋のバター焼き 漬物 塩分～2.7 カスタードまんじゅう	ピラフ コンソメスープ チキンカツ キャベツのマリネ 白桃缶 塩分～2.7 抹茶ようかん	御飯 味噌汁 肉団子と白菜の中華煮 キャベツの旨塩炒め チンゲン菜のキムチ和え 塩分～3.1 手作りドーナツ
おやつ					
午後の活動			ストレッチング ボーリング	テレビ体操 テーブルカーリング	足の筋力アップ カウボーイ輪投げ
	6	7	8	9	10
昼食	中華五目おこわ わかめスープ 天津 春雨のさっと煮 ほうれん草の三色ナムル 塩分～3.6 たい焼き	ぎのこと鶏肉のカレー コンソメスープ マカロニサラダ ミルクプリン 塩分～3.2 さつま芋のきなこ和え	御飯 清まし汁 豚肉のねぎ味噌炒め さつま芋のバターソテー 菜の花と沢庵の和え物 塩分～2 グレープゼリー	御飯 味噌汁 鶏肉のマリネソース 小松菜のコーンクリーム煮 塩分～2.4 柚子まんじゅう	あんかけ焼きそば 卵スープ 春巻き チンゲン菜のザーサイ和え 杏仁フルーツ 塩分～3.4 コーヒーゼリー
おやつ					
午後の活動	足の筋力アップ 的当て	棒体操 お手玉投げ	ストレッチング タオル投げ	カラオケ	テレビ体操 お手玉積み
	13	14	15	16	17
昼食	白菜と挽肉の中華丼 味噌汁 キャベツの浅漬け パイン缶 塩分～3.3 キウイヨーグルト	ツナとバターの炊き込みご飯 味噌汁 鶏肉の柚子胡椒焼き 春菊の白和え 金時煮豆 塩分～2.7 くずまんじゅう(さくら)	パン コンソメスープ 豚肉のクリームシチュー きのこの和風パスタ 紅茶ゼリー 塩分～2.6 カステラ	かけそば 鶏天と野菜天ぷら 洋梨缶 塩分～2.7 パイとソース添え	ゆかりかけ御飯 味噌汁 おでん はちみつレモン大学芋 漬物 塩分～3.2 ドームケーキ(チョコ)
おやつ					
午後の活動	棒体操 タオル投げ	ビンゴ大会	テレビ体操 頭の体操	ストレッチング 割りばし倒し	棒体操 すき焼きじゃんけん
	20	21	22	23	24
昼食	御飯 味噌汁 豆乳鍋 さつま芋のピーナツ和え ごま昆布 塩分～2.9 オレンジゼリー	ほうとううどん さつま芋の天ぷら 小松菜の柚子胡椒和え 抹茶ゼリー 塩分～5.8 揚げいも団子		キーマカレー コンソメスープ キャベツのイタリアンサラダ バナナ 塩分～3.2 まんじゅう	生姜と油揚げの炊き込みご飯 味噌汁 変わり卵焼き 白菜のさくら和え 三色煮豆 塩分～2.6 ピーチゼリー
おやつ					
午後の活動	テレビ体操 ピンポンでポン	ストレッチング 棒運びリレー	足の筋力アップ コロコロゲーム	棒体操 お絵描きですよ	カラオケ
	27	28	29	30	
昼食	にゅうめん 揚げ出し豆腐の柚子胡椒たれ マスカットゼリー 塩分～4 どら焼き		かに玉丼 中華スープ えびしゅうまい 白菜のキムチ和え 杏仁豆腐 塩分～2.9 フルーツ寒天	御飯 味噌汁 カレイの揚げ煮 大根の田楽 チンゲン菜の生姜和え 塩分～2.9 手作りホットケーキ	
おやつ					
午後の活動	ストレッチング	テレビ体操 魚釣りゲーム	棒体操 ストラックアウト	足の筋力アップ ボーリング	

※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。