



令和3年8月発行

今年の夏は猛暑日が続き、寝苦しく汗だくの毎日でした…(-\_-;) そんな中、スタミナたっぷりのメニューを考えてみました♪



お楽しみカフェでは、溶けずらい魔法のアイスにフルーツをトッピング！！なんとか暑さを乗り切りましたね～～

TOKYO ● 2021



訓練風景



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、私たち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



月間予定表

<h1>敬老の日</h1>					水	木	金			
1		2		3		4				
栗おこわ 清まし汁 リイの朝鮮焼き なべしが 春菊のアーモンド和え 塩分～ 2.6 紅茶ゼリー		中華丼 わかめスープ 焼き餃子 杏仁豆腐 塩分～ 2.6 フルーツみつ豆		きしめん 豆腐の磯部揚げ もやしのナムル 塩分～ 6.2 フルーチェ		5				
6		7		8		9				
<b>昼食</b>  きのこカレー コンソメスープ コールスローサラダ カクテルゼリー  塩分～ 3.3	御飯 清まし汁 サバの味噌煮 ブロッコリーの塩炒め 大根のゆかり和え  塩分～ 3	御飯 清まし汁 えび天入り山菜うどん 五目厚焼玉子 焼きなす  塩分～ 7.1	ミルクパン・バターロール レタスとベーコンのスープ 鶏肉の香草焼き スパゲティーソテー マリネ  塩分～ 2.1	御飯 味噌汁 ブリのチャンチャン焼き じゃが芋の含め煮 カブのかおり和え  塩分～ 2.8	御飯 味噌汁 ブリのチャンチャン焼き じゃが芋の含め煮 カブのかおり和え  塩分～ 2.8	<b>10</b>  今川焼				
<b>午後の活動</b>  棒体操 ペタンク		ストレッチング 輪投げ		足の筋力アップ モルック		棒体操 的当て				
13		14		15		16				
<b>昼食</b>  御飯 味噌汁 鶏肉のマスタードマヨ焼き いり豆腐 キャベツの磯和え  塩分～ 2.5	御飯 味噌汁 昔風醤油ラーメン 豆腐シュウマイ みかん缶  塩分～ 5.6	御飯 味噌汁 カレイの唐揚げ 南瓜の煮物 かぶのゆかり和え  塩分～ 2.9	鮭高菜御飯 味噌汁 鶏肉の一味焼き 五目大豆煮 大根とかにの酢の物  塩分～ 3.5	親子丼 味噌汁 れんこんのり塩炒め なすの酢漫し  塩分～ 3	イチゴゼリー	17				
						18				
<b>午後の活動</b>  足の筋力アップ お手玉投げ		棒体操 お絵描きですよ		ストレッチング 輪投げ		足の筋力アップ ピンポンでポン				
20		21		22		23				
<b>昼食</b>  御祝膳	御祝膳	御飯 味噌汁 豚肉のごま漬け焼き じゃが芋の含め煮 春雨の酢の物  塩分～ 2.1	御飯 味噌汁 南瓜コロッケ 白菜のしその実和え  塩分～ 5.3	たぬきそば 南瓜コロッケ 白菜のしその実和え  塩分～ 5.3	クロワッサン・クリームパン ミルクスープ ハンバーグデミソース 海草サラダ  塩分～ 2.8	24				
						25				
<b>午後の活動</b>  テレビ体操 紙芝居		敬老会		棒体操 的当て		ストレッチング 輪投げ				
27		28		29		30				
<b>昼食</b>  御飯 味噌汁 鶏肉の山賊焼き ふきの炒め煮 菜の花の和え物  塩分～ 2.8	御飯 清まし汁 太刀魚の塩焼き ブロッコリーのカニあんかけ スナップエンドウのごま味噌和え  塩分～ 2.9	御飯 カレースープ 鶏肉のバジルソテー 白菜の炒め物 たらこサラダ  塩分～ 2.2	御飯 清まし汁 シルバーの味噌煮 ピーマンの香り炒め 大根のゆかり和え  塩分～ 2.6	今川焼(カスター)	まんじゅう	26				
						27				
<b>午後の活動</b>  ストレッチング モルック		テレビ体操 紙芝居		テレビ体操 頭の体操		足の筋力アップ 棒倒し				

※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。