



# 焼き芋

今月のカフェは炭で焼き芋をしました！  
画期的なグリルで蒸し時間を調整しながらあっつあつのサツマイモを食べていただきました♡



お出汁のきいた秋の野菜を使った精進料理を作ってみました～♪

## 今月の特別メニュー



手作りがんもとごま豆腐・漬物の盛り合わせは食べやすくて好評でした！！



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4年



月間予定表

	月	火	水	木	金
		1	2	3	4
昼食		たぬぎうどん 揚げ出し豆腐 オレンジ  塩分～ 4.6	御飯 味噌汁 鶏肉の柚子胡椒焼き 小松菜の煮浸し とろろ芋 塩分～ 2.4	天丼 味噌汁 大根の千枚酢の物 水ようかん  塩分～ 1.9	キャロットピラフ コンソメスープ 大豆ボールのクリーム煮 カリフラワーのマリネ  塩分～ 3
おやつ		ピーチゼリー	どら焼き	黒ごままんじゅう	黒糖ミルクサンド
午後の活動		棒体操 転がして玉入れ	足の筋力アップ お手玉投げ	カラオケ カラオケ	ストレッチング 的当て
	7	8	9	10	11
昼食	豚肉としめじの炊き込みご飯 清まし汁 ホキの胡麻衣揚げ ふろふき大根 煮豆 塩分～ 3	エビカツカレー コンソメスープ カリフラワーのレモン和え ミルクプリン 塩分～ 3.4	御飯 卵スープ チンジャオロース ピーマンの炒め煮 ほうれん草の旨塩ナムル 塩分～ 2.1	たまごあんかけにゅうめん 鶏肉の柚子胡椒揚げ マンゴー缶  塩分～ 3.7	
おやつ	マロンババロア	今川焼 (こしあん)	パイとソース豚え	フルーチェ (パイ)	
午後の活動	棒体操 ボーリング	テレビ体操 頭の体操	ストレッチング カーリング	足の筋力アップ ピンポンでポン	棒体操 コロコロゲーム
	14	15	16	17	18
昼食	鶏肉の蒲焼丼 味噌汁 キャベツの塩麹漬け 黒ごまプリン 塩分～ 2.2	御飯 味噌汁 ホキのマスタード焼き スパゲティのカレーソース キャベツのサラダ 塩分～ 2.5	中華五目おこわ 春雨スープ かに玉 もやしのザーサイ和え 洋梨缶 塩分～ 3.4	パン コンソメスープ ポーククリームシチュー ポテトコロッケ パイ缶 塩分～ 2.9	ぎしめん タラの変わり揚げ キャベツの甘酢和え 白桃缶 塩分～ 4.7
おやつ	カスタードケーキ	かぼちゃのババロア	柚子蒸しパン	マスカットゼリー	プリン
午後の活動	足の筋力アップ 釣りゲーム	ストレッチング ピンポンでポン	棒体操 棒倒し	テレビ体操 的当て	カラオケ カラオケ
	21	22	23	24	25
昼食		チキンライス 南瓜のポタージュ オープンオムレツ コールスローサラダ 塩分～ 3.1	けんちんそば はちみつレモン大学芋 長葱のぬた和え 塩分～ 4	御飯 清まし汁 豚肉のねぎ味噌炒め 大根とあさりの含め煮 春菊の白和え 塩分～ 2.6	ビーフカレー 卵スープ スパゲティサラダ オレンジ 塩分～ 3.6
おやつ		フルーチェ(ピーチ)	たこ焼き	杏仁フルーツ	今川焼 (カスタード)
午後の活動					
	28	29	30		
昼食	ちゃんぽん風ラーメン 水餃子 洋梨缶 塩分～ 8.5	ゆかりかけ御飯 きのこ汁 豆腐と野菜の揚げ浸し 小松菜とささみの和え物 漬物 塩分～ 2.5	豚丼 味噌汁 豆腐サラダ コーヒーゼリー 塩分～ 2.4		
おやつ	青りんごゼリー	くずまんじゅう (抹茶)	あんドーナツ		
午後の活動	テレビ体操	足の筋力アップ ストラックアウト	ストレッチング カウボーイ輪投げ		

※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。