

グリーンヒル淳風 デイサービス通信

運動会にて皆さんで
軽く汗を流しました！

デイにて初めての
運動会を行いました！
飴食いでは皆さん顔が真っ白になりながら頑張ってくれましたね！



風船バレー対抗

玉入れ競争



飴食い競争



囲碁にていざ勝負！



10月の壁画作成の様子



ボウリングゲーム



秋の行楽にて



お誕生日おめでとうございます！



- ～11月の予定～
- ★ 豚汁作り
 - ★ 誕生日会
 - ★ お楽しみ風呂
 - ★ 壁画作り

体験利用
随時募集
中！





曜日	月	火	水	木	金	土	日
空き状況	2	0	3	2	2	4	お休み

発行：グリーンヒル淳風デイサービス
住所：寝屋川市太秦高塚町9-1
Tel & Fax：072-820-1551
事業所番号：2770303531



11月の献立



月	火	水	木	金	土																		
<p>4 ご飯 カレーのから揚げ あげまき煮 白なの赤出汁 金時豆</p> 	<p>いい夫婦の日 11.22</p>  <p>5 カレーライス 漬物 野菜サラダ プルーンヨーグルト</p>	 <p>6 うな井 ひじきの炒め煮 キャベツのごま和え 花豆腐の清汁</p>	 <p>7 ご飯 肉団子の中華あん 青梗菜の煮浸し 中華スープ 梨</p>	<p>1 1 ご飯 和風ハンバーグ ポテトサラダ 豆腐の赤出汁 みたらし団子</p>	<p>2 2 ご飯 赤魚の焼き浸し 大豆のかき揚げ キャベツの中華サラダ 小松菜の味噌汁</p>	<p>11 11 ご飯 酢豚 切干大根の煮物 豆腐の中華スープ 杏にマンゴー</p>	<p>12 12 栗ごはん 秋の天ぷら 法蓮草の辛子和え 粕汁</p>	<p>13 13 そばろと卵の二色丼 もやしのナムル しめじの赤出汁 柿</p>	<p>14 14 ふりかけおにぎり おでんバイキング 胡瓜の甘酢和え はっさく缶詰</p>	<p>15 15 ご飯 鶏のカレー風味揚げ 卯の花 法蓮草の錦糸和え あさりの味噌汁</p>	<p>16 16 ねぎとろ丼 豆腐の田楽 春菊の清汁 キウイ</p>	<p>18 18 ふりかけおにぎり オムそば トマトのサラダ わかめのスープ 林檎のコンポート</p>	<p>19 19 ご飯 鮭の焼き浸し キャベツのゆかり和え 法蓮草の煮浸し なめこの味噌汁</p>	<p>20 20 ご飯 鶏大根 小松菜の辛子和え 卵豆腐 玉ねぎの味噌汁</p>	<p>21 21 ご飯 ちゃんこ鍋 ぬた和え フルーツ寒天</p>	<p>22 22 ご飯 牛のすき焼き 胡瓜の甘酢和え ふわ焼き ジャガイモの味噌汁</p>	<p>23 23 ご飯 鯖の味噌粕漬焼き 割り干し大根の炒め煮 竹輪の磯部揚げ つぼん汁</p>	<p>25 25 豆と鶏のカレー 漬物 海老サラダ はちみつヨーグルト</p>	<p>26 26 塩昆布のおにぎり 皿うどん 蒸し茄子 ぜんまいの煮物</p>	<p>27 27 ご飯 焼肉 小松菜のごま和え がんもの煮物 素麺の清汁</p>	<p>28 28 駅弁「新潟駅」 ささばけ寿司</p>	<p>29 29 ご飯 麻婆豆腐 里芋の甘辛煮 たたき胡瓜 わかめスープ</p>	<p>30 30 香りおにぎり 天ぷらうどん またはそば 蕪のなます みかん</p>
<p>11 11 ご飯 酢豚 切干大根の煮物 豆腐の中華スープ 杏にマンゴー</p>	<p>12 12 栗ごはん 秋の天ぷら 法蓮草の辛子和え 粕汁</p>	<p>13 13 そばろと卵の二色丼 もやしのナムル しめじの赤出汁 柿</p>	<p>14 14 ふりかけおにぎり おでんバイキング 胡瓜の甘酢和え はっさく缶詰</p>	<p>15 15 ご飯 鶏のカレー風味揚げ 卯の花 法蓮草の錦糸和え あさりの味噌汁</p>	<p>16 16 ねぎとろ丼 豆腐の田楽 春菊の清汁 キウイ</p>	<p>18 18 ふりかけおにぎり オムそば トマトのサラダ わかめのスープ 林檎のコンポート</p>	<p>19 19 ご飯 鮭の焼き浸し キャベツのゆかり和え 法蓮草の煮浸し なめこの味噌汁</p>	<p>20 20 ご飯 鶏大根 小松菜の辛子和え 卵豆腐 玉ねぎの味噌汁</p>	<p>21 21 ご飯 ちゃんこ鍋 ぬた和え フルーツ寒天</p>	<p>22 22 ご飯 牛のすき焼き 胡瓜の甘酢和え ふわ焼き ジャガイモの味噌汁</p>	<p>23 23 ご飯 鯖の味噌粕漬焼き 割り干し大根の炒め煮 竹輪の磯部揚げ つぼん汁</p>	<p>25 25 豆と鶏のカレー 漬物 海老サラダ はちみつヨーグルト</p>	<p>26 26 塩昆布のおにぎり 皿うどん 蒸し茄子 ぜんまいの煮物</p>	<p>27 27 ご飯 焼肉 小松菜のごま和え がんもの煮物 素麺の清汁</p>	<p>28 28 駅弁「新潟駅」 ささばけ寿司</p>	<p>29 29 ご飯 麻婆豆腐 里芋の甘辛煮 たたき胡瓜 わかめスープ</p>	<p>30 30 香りおにぎり 天ぷらうどん またはそば 蕪のなます みかん</p>						
<p>18 18 ふりかけおにぎり オムそば トマトのサラダ わかめのスープ 林檎のコンポート</p>	<p>19 19 ご飯 鮭の焼き浸し キャベツのゆかり和え 法蓮草の煮浸し なめこの味噌汁</p>	<p>20 20 ご飯 鶏大根 小松菜の辛子和え 卵豆腐 玉ねぎの味噌汁</p>	<p>21 21 ご飯 ちゃんこ鍋 ぬた和え フルーツ寒天</p>	<p>22 22 ご飯 牛のすき焼き 胡瓜の甘酢和え ふわ焼き ジャガイモの味噌汁</p>	<p>23 23 ご飯 鯖の味噌粕漬焼き 割り干し大根の炒め煮 竹輪の磯部揚げ つぼん汁</p>	<p>25 25 豆と鶏のカレー 漬物 海老サラダ はちみつヨーグルト</p>	<p>26 26 塩昆布のおにぎり 皿うどん 蒸し茄子 ぜんまいの煮物</p>	<p>27 27 ご飯 焼肉 小松菜のごま和え がんもの煮物 素麺の清汁</p>	<p>28 28 駅弁「新潟駅」 ささばけ寿司</p>	<p>29 29 ご飯 麻婆豆腐 里芋の甘辛煮 たたき胡瓜 わかめスープ</p>	<p>30 30 香りおにぎり 天ぷらうどん またはそば 蕪のなます みかん</p>												
<p>25 25 豆と鶏のカレー 漬物 海老サラダ はちみつヨーグルト</p>	<p>26 26 塩昆布のおにぎり 皿うどん 蒸し茄子 ぜんまいの煮物</p>	<p>27 27 ご飯 焼肉 小松菜のごま和え がんもの煮物 素麺の清汁</p>	<p>28 28 駅弁「新潟駅」 ささばけ寿司</p>	<p>29 29 ご飯 麻婆豆腐 里芋の甘辛煮 たたき胡瓜 わかめスープ</p>	<p>30 30 香りおにぎり 天ぷらうどん またはそば 蕪のなます みかん</p>																		