

# みずほだより 2月号



■生地から手作りのドーナツを作りました。仕上げにチョコシートとトッピング。自分でデコレーションしたので美味しさ倍増でした。

いい香りだな〜

## ドーナツ



■今年も、冬至にゆず湯に入りました。皆様、さわやかな香りでリラックスしております。

## 冬至・ゆず湯

■デイサービスみしょうえんのインスタグラムで、日々の様子などをお伝えしています。是非、ご覧ください。



■当デイサービスでは、生活リハビリに力を入れたサービスを提供しております。手芸、クッキングなど、やってみたいことがあります。もしも、職員までお気軽にお声掛け下さい。

## お知らせ



■渡す相手を想いながら、丁寧に折りました。

## お年玉袋



■食べやすい大きさにカットして頂くと、皆様が食事な包丁さばきでした。サラダ感覚の、ゆずの香りを感じてもらえる一品となり、大好評でした。

## ゆず白菜漬け

## 2月の空き状況

◎…充分余裕あり / ○…余裕あり / △…若干空きあり / ×…要相談

月	火	水	木	金	土	日
○	◎	◎	◎	◎	○	お休み

ご利用日の追加や変更等のお問い合わせは、下記または担当のケアマネージャー様までお願い致します。



# 昼食献立表

2/1～2/28



★…行事食です。

(日曜日は定休日です。また、メニューが変更になることもございます。)

					1日(土)
					ご飯 魚のチーズ ガーリック焼き ブロッコリーのお浸し ナポリタン 白菜のソテー わかめスープ
3日(月)	4日(火)	5日(水)	6日(木)	7日(金)★	8日(土)
ご飯 鮭のムニエル インゲンのお浸し ふわふわ炒め サラバサラダ わかめスープ	味噌ラーメン ギョーザ フルーツカクテル	ご飯 さばの梅煮 大根おろし 香味和え にらと卵の味噌汁 パイン	ご飯 揚げ赤魚の みぞれ煮 ブロッコリーの 蟹風味あんかけ 焼き椎茸の ツナマヨ和え 白玉麩と わかめの味噌汁	ねぎとろ丼 五目豆 そうめんのすまし汁 果物盛り合わせ	ご飯 チキン南蛮 ブロッコリーと カリフラワーの炒め もずくと三つ葉の 味噌汁 赤ワインゼリー
10日(月)	11日(火)	12日(水)	13日(木)	14日(金)	15日(土)
ご飯 ホッケのピカタ ブロッコリーのお浸し カニの揚げ炒め えのきのゆかり和え 高野豆腐とにらの 味噌汁	ご飯 黒むつの煮付け 大根おろし 豚挽肉と春雨の 生姜炒め インゲンのピカタ和え ぜんまいと 油揚げの味噌汁	ご飯 白身魚のソテー 焼き 粉ふき芋 人参しりしり ブロッコリーの ドレッシング かけ もやしと油揚げの 味噌汁	ご飯 鶏のさっぱり煮 春菊の白和え 胡瓜とカニカマの 酢の物 キャベツと人参の 味噌汁	オムライス マカロニサラダ キャベツと ベーコンのスープ チョコプリン	ご飯 銀鮭の焼魚 大根おろし ブロッコリーの 蟹風味あんかけ 南瓜の胡麻和え 夕顔の味噌汁
17日(月)	18日(火)	19日(水)	20日(木)	21日(木)	22日(土)
かき揚げそば とうがんのくず煮 バナナ	ご飯 魚のチーズ ガーリック焼き もやしとベーコンのソテー 白玉麩とねぎの 味噌汁 みかん	ご飯 鱈のみぞれ煮 ひじきのきんぴら ブロッコリーの 明太マヨ和え 豆腐と三つ葉の 味噌汁	お休み	ご飯 ほっけの 味噌漬け焼き ほうれん草のお浸し がんもどきの煮物 かぶの塩昆布和え えのきのすまし汁	ご飯 パニッシュド 厚揚げときのこの バターソテー 胡瓜とカニのソテー もやしのソテー
24日(月)	25日(火)	26日(水)	27日(木)	28日(金)	
ご飯 豚肉のカルビ焼き 里芋のゆず味噌 きゅうりと しらすの酢の物 豆腐と万能葱の 味噌汁	ご飯 あじフライ 千切りキャベツ ごぼうサラダ キャベツのソテー フルーツミルク ゼリー	ご飯 豚バラと 大根の煮物 シルバーサラダ ブロッコリーと カリフラワーの炒め 玉ねぎと油揚げの 味噌汁	ご飯 鶏肉の チリソース煮 大根とツナの 中華ドレ和え わかめと葱の 味噌汁 赤ワインゼリー	ご飯 信田巻き インゲンのお浸し 人参のじゃこ炒め 胡瓜の 明太マヨ和え	