

みずほだより 9月号



■アロマワック
スサシェを作り
ました。
華やかで素敵な
作品に仕上が
りました。

手芸作品



美味しいよ〜



■微笑苑の施設で採れた枝豆をご利用者の皆様に、もいいただきました。すぐにゆでてコーヒータイムに皆で食べました。

えだまめ収穫



■なすとしそを味噌炒め煮しました。ご利用者様にも、なすの皮むきと切る・炒める作業をお手伝いいただきました。ご飯に合う美味しいおかずになりました。

クッキングレク なすとしその味噌炒め



お知らせ

■残暑が続いています。脱水症状に気を付け、こまめに水分補給をしましょう。必要に応じて、飲み物を持参して頂いても大丈夫です。

■その日の交通状況や順路によって、送迎時間が増えたり遅くなることもございます。朝は家の中でお待ちください。

■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。



9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

9/ 1～ 9/ 30



★…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 (火)	2日 (水)	3日 (木)	4日 (金)	5日 (土)
	ご飯 さけの塩焼き 大根おろし きのこの煮物 小松菜の辛子和え しめじと白玉麩の味噌汁	ご飯 鶏の香草焼き ナポリタン 卵スープ キウイフルーツ	ご飯 いわしの梅煮 大根おろし 人参しりしり きゅうりとわかめの酢の物 花麩と三つ葉の味噌汁	ご飯 豚肉の味噌炒め 里芋の煮ころがし えのきのすまし汁 バナナ	ご飯 メンチカツ 千切りキャベツ かしわもずく いちごムース にらと卵の味噌汁
7日 (月)	8日 (火)	9日 (水)	10日 (木)	11日 (金)	12日 (土)
冷やし中華 シュウマイ ぶどうゼリー	ご飯 白身魚のピカタ 人参グラッセ ほうれん草のソテー わかめスープ バナナ	ご飯 豚しゃぶ さつま芋の甘煮 胡瓜とささみの ピリ辛和え 大根となめこの味噌汁	ご飯 魚のチーズガーリック焼き ゆでブロッコリー 野菜のクリーム煮 キャベツとベーコンのスープ オレンジ	ご飯 ささみの磯辺揚げ メンマと豚肉の炒め煮 ところてんサラダ ぜんまいと油揚げの味噌汁	ご飯 赤魚粕漬け焼き 大根おろし きんぴらごぼう 高野豆腐と万能葱の味噌汁 カットゼリー
14日 (月)	15日 (火)	16日 (水)	17日 (木)	18日 (金) ★	19日 (土)
ご飯 メバルの煮魚 大根おろし 豚挽と春雨の生姜炒め 白玉麩と三つ葉の味噌汁 バナナ	ご飯 鶏つくねの蒲焼き さつまいもの葛煮 えのきと三つ葉の明太和え 生揚げとしその味噌汁	ご飯 サーモンマヨフライ 肉じゃが オクラのおかか和え にらと油揚げの味噌汁	お休み	ちらし寿司 鶏のみそ焼き ぶりの照り焼き 野菜しんじょう れんこんの梅肉和え 菜の花和え 季節の果物 和菓子(練り切り) そうめんのすまし汁	肉うどん かに入り卵蒸し ブロッコリーのお浸し カップゼリー
21日 (月)	22日 (火)	23日 (水)	24日 (木)	25日 (金)	26日 (土)
ご飯 あじフライ 千切りキャベツ ほうれん草と コーンのサラダ 里芋とねぎの味噌汁 フルーツポンチ	ご飯 鶏の青海苔焼き シルバーサラダ 小松菜と卵の味噌汁 みかん缶	栗ご飯 擬製豆腐 春菊のわさび和え 花麩と三つ葉のすまし汁 ぜんざい	ご飯 鶏の塩麴焼き とうがんのふくめ煮 チンゲン菜のお浸し 白菜と油揚げの味噌汁	月見うどん 根菜つくね ほうれん草のお浸し フルーツポンチ	チキンカレー 白菜とシーチキンのサラダ りんごのムース
28日 (月)	29日 (火)	30日 (水)			
ご飯 サーモンマヨフライ ほうれん草とハムの和え物 大根とさもだしの味噌汁 バナナ	ご飯 干草焼き かぼちゃの胡麻和え 菜の花とじめじの和え物 ワカメと葱の味噌汁	ラーメン レバニラ 杏仁豆腐			