

2020年5月 湧和通信

発行責任者
 特定非営利活動法人 湧和
 理事長 御殿谷 光廣
 2020年5月1日

5月通所介護 月間予定表

	月	火	水	木	金	土
午前					1 カラオケ 指導員体操	2 カラオケ 指導員体操
午後					缶倒し	缶倒し
午前	4 カラオケ	5 カラオケ	6 カラオケ	7 カラオケ 指導員体操	8 カラオケ 指導員体操	9 カラオケ 指導員体操
午後	棒サッカー 誕生会	棒サッカー 誕生会	花遊び 棒サッカー	棒サッカー 誕生会	棒サッカー	棒サッカー
午前	11 カラオケ 指導員体操	12 カラオケ 指導員体操	13 カラオケ	14 カラオケ	15 カラオケ 指導員体操	16 カラオケ 指導員体操
午後	連想ゲーム	音楽（菊池） 連想ゲーム 誕生会	オカリナ （里音・リオン） 連想ゲーム	音楽（村山） 連想ゲーム	連想ゲーム	連想ゲーム 誕生会
午前	18 カラオケ 指導員体操	19 カラオケ 指導員体操	20 カラオケ	21 カラオケ 指導員体操	22 カラオケ 指導員体操	23 カラオケ
午後	音楽療法（小金沢） ボーリング	ボーリング	ボーリング	ボーリング 誕生会	ボーリング 誕生会	大正琴（宮崎） ボーリング
午前	25 カラオケ	26 カラオケ 指導員体操	27 カラオケ 指導員体操	28 カラオケ	29 カラオケ	30 カラオケ
午後	音楽療法（小金沢） 魚釣り	音楽（菊池） 魚釣り	大正琴（鈴木） 魚釣り	魚釣り 音楽（村山）	魚釣り	魚釣り

※外出（機能訓練）を予定していましたが、コロナ対策として延期とさせていただきます。

※コロナ対策として、活動の変更がございますので、ご了承ください。

2020年5月

5月献立表

食材の関係でメニューは変更になる場合があります。
ご了承ください！ TEL 729-0422

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
				1 かじきの煮付け 和風ポテトサラダ ひじき煮 味噌汁 苺ヨーグルト 546kcal塩分3.4g	2 デミグラスハンバーグ 大根サラダ 南瓜の甘煮 味噌汁 フルーツ(バナナ) 573kcal塩分2.6g
4 赤飯 天ぷら 煮物 胡瓜とうどの酢の物 煮豆・味噌汁 フルーツ(パイナップル) 625kcal塩分3.2g	5 筍、フキの寿司 子供の日 鮭の木の芽焼き 煮物 きゅうりの酢の物 おすまし フルーツ(オレンジ) 596kcal塩分4.8g	6 麻婆豆腐 春雨サラダ 小松菜のからし和え 中華卵コーンスープ フルーツ(パイナップル) 526kcal塩分3.3g	7 ホッケのみりん焼き 高野豆腐の射込み ふきの煮物 味噌汁 フルーツ(バナナ) 449kcal塩分3.1g	8 豚肉の生姜焼き 五色なます チンゲン菜の ポン酢和え 味噌汁 フルーツ(パイナップル) 539kcal塩分2.5g	9 鯖の味噌煮 揚げだし豆腐 ほうれん草の なめ茸和え おすまし 苺ヨーグルト 542kcal塩分2.9g
11 黒むつの照り焼き 肉じゃが もずく酢 味噌汁 ヤクルト 568kcal塩分2.3g	12 バターロール 鶏肉のホワイトソース 豆腐サラダ かぶのマリネ スープ ブルーベリーヨーグルト 576kcal塩分3.2g	13 筍ご飯 白身魚のマヨコーン焼き 煮物 胡瓜の浅漬け おすまし フルーツ(バナナ) 514kcal塩分2.8g	14 ミートソース スパゲティ ポテトグラタン ブロッコリーとナメクジ和え スープ フルーツ(パイナップル) 586kcal塩分2.6g	15 鯖の酢醤油漬け焼き 煮物 もやし・胡瓜の和えもの 味噌汁 ヤクルト 489kcal塩分2.7g	16 回鍋肉 大根の蟹あんかけ 人参サラダ 中華スープ フルーツ(オレンジ) 515kcal塩分2.9g
18 豚肉の味噌漬け焼き 切干し大根サラダ 隠元と竹輪マヨ和え おすまし フルーツ(パイナップル) 565kcal塩分2.6g	19 秋刀魚の蒲焼き 煮物 キャベツの浅漬け 味噌汁 フルーツ(バナナ) 517kcal塩分3.4g	20 挽肉カレー グリーンサラダ コンソメスープ オレンジヨーグルト 566kcal塩分3.3g	21 赤魚の煮付け 蓮根のおとし揚げ ぬた おすまし 桃のヨーグルト 491kcal塩分2.3g	22 ミートローフ マカロニサラダ ナムル 味噌汁 フルーツ(パイナップル) 591kcal塩分2.8g	23 白身魚のフリッター 五目豆 胡瓜の梅肉和え 味噌汁 ブルーベリーヨーグルト 586kcal塩分2.6g
25 鯖の塩焼き 煮物 なめこおろし 味噌汁 フルーツ(キウイ) 541kcal塩分3.0g	26 親子煮 田楽 法連草の海苔和え かきたま汁 フルーツ(パイナップル) 531kcal塩分3.4g	27 鮭フライ ツナポテト 隠元の胡麻和え 味噌汁 フルーツ(オレンジ) 514kcal塩分2.8g	28 チンジャオロース ビーフンサラダ ほうれん草の卵蒸し おすまし フルーツ(バナナ) 542kcal塩分2.7g	29 鰯のムニエル 煮物 隠元の山葵和え 味噌汁 ブルーベリーヨーグルト 569kcal塩分3.2g	30 鶏の磯辺揚げ 煮物 小松菜の和え物 味噌汁 フルーツ(オレンジ) 537kcal塩分2.6g