











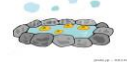


やすらぎ通所リハビリテーションイベントカレンダー

1月

日	月	火	水	木	金	土
						1 元旦 
2	3 	4 ケーキの日 	5 手作りおやつ (ぜんざい) 	6	7	8
下肢リハビリ 						
9	10 成人の日	11 頭の体操	12 かるた大会 	13	14 小正月 	15
頭の体操 						
16	17	18	19	20 おやつDay (お汁粉) 	21	22
上肢リハビリ 						
23	24	25	26 	27	28	29
下肢リハビリ 						
30	31 頭の体操	みかん風呂 				



1月 献立表

日	月	火	水	木	金	土
	1月31日 豚肉の スタミナ炒め ゴボウの 炒め煮 味噌汁					1 元旦
2	3	4 鶏のクリーム ソース煮 フレンチサラダ コンソメスープ	5 サバの 梅風味焼き ほろふき大根 味噌汁	6  ハヤシライス キャベツ サラダ ヨーグルト	7 カレイの マスタード焼き 大豆サラダ 味噌汁	8 BBQチキン 冬瓜の信田煮 中華スープ
9	10 成人の日	11  味噌ラーメン 焼売 ゼリー	12 赤魚の もろみ焼き 豆サラダ お吸い物	13 豚肉の 生姜焼き 田楽 お吸い物	14  ちらし寿司 菜の花の からし和え お吸い物	15 鶏のオニオン ソース 麻婆茄子 中華スープ
16	17 豚肉のピリ辛 炒め 茄子の煮物 味噌汁	18  八宝菜 春雨サラダ コンソメスープ	19 アジの 漬け焼き 竹輪の炒め煮 味噌汁	20  肉玉うどん 白菜の 柚子和え ゼリー	21 タラの揚げ おろし煮 小松菜の 白和え 味噌汁	22 牛とじ 海老焼売 味噌汁
23	24  シーフード カレー 卵とブロッコ リーのサラダ ゼリー	25  サバの塩焼き ごぼうの 甘辛煮 味噌汁	26 鶏肉の 味噌焼き かぼちゃの 煮物 お吸い物	27 シイラの みりん焼き 茄子の ポン酢和え 味噌汁	28 鶏の竜田揚げ 野菜サラダ コンソメスープ	29 豚肉と野菜の 甘酢炒め 青菜の 中華和え 味噌汁

