

令和1年6月 フログラム

お知らせ

★料金が発生するものがあります。
別紙に参加の確認用紙がございます。
次回、ご利用時にお持ちください。
★都合により予定が変更になる場合があります。ご了承ください。



日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
30 お休み						1 【クイズ】 6月クイズ
2 お休み	3 【創作】 絵手紙 ～篠崎様～ 	4 虫の日 【クイズ】 昆虫クイズ 	5 バラを 作ろう♪ 	6 【クイズ】 歴史クイズ 	7 【ゲーム】 輪で 綱渡り 	8 【ゲーム】 ダブル サイコロ
9 お休み	10 【創作】 ジャンボを 作ろう♪ 	11 【ゲーム】 ダブル サイコロ 	12 【創作】 おやつを 作ろう♪ 	13 筋力 トレーニング 	14 【創作】 おやつを 作ろう♪ 	15 【創作】 傘を かわいく
16 お休み	17 【創作】 バラを 作ろう♪ 	18 【ゲーム】 カエル ぴょんぴょん 	19 【創作】 絵手紙 	20 【創作】 傘を かわいく 	21 【創作】 ちぎり絵 	22 ボーリングの日
23 お休み	24 レッドコード 新曲発表 	25 【創作】 絵手紙 ～篠崎様～ 	26 レッドコード 新曲発表 	27 レッドコード 新曲発表 	28 シャンソン ～OFF TIME様～ 	29 レッドコード 新曲発表

献立予定表

曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
昼食						1 ごはん 魚の煮付け 切干大根煮 すまし汁（なめこ） プリン
昼食	3 おにぎり（ワカメ） かき玉うどん 青梗菜の旨煮 バニラババロア	4 ごはん すり身揚げ 春雨の酢物 味噌汁（卵） コーヒー牛乳ゼリー	5 ごはん 牛肉の柳川風 いんげんの胡麻和え 味噌汁（里芋） チョコレートムース	6 中華丼 キャベツのレモン和え 中華スープ（青梗菜） フルーツ（夏みかん缶）	7 おにぎり（菜めし） けんちんそば キャベツと切り昆布の煮物 ババロア（抹茶）	8 ごはん ポテトコロッケ ほうれん草サラダ コンソメスープ（白菜） マンゴープリン
昼食	10 五目チャーハン もやしの中華風酢物 中華スープ ミルクプリン	11 おにぎり（鮭菜めし） にゅうめん 五目大豆煮 いちごババロア	12 ビーフカレー コールスローサラダ 漬物（福神漬） フルーツポンチ	13 ごはん 鱈の変わり蒸し いんげんのゴママヨ和え 味噌汁（大根煮） フルーツ（キウイ）	14 ごはん メバルのおきな煮 青梗菜のソテー 根菜汁 マロンババロア	15 おにぎり（ワカメ） ちゃんぽん ブロッコリーの中華和え マンゴープリン
昼食	17 おにぎり（のりたま） ワカメそば 長芋とオクラの酢物 ババロア（抹茶）	18 ごはん エビのチリソース 焼きなす ワンタンスープ 杏仁豆腐	19 おにぎり（鮭菜めし） お好み焼き 青梗菜の甘酢和え プリン	20 おにぎり（かおり） 月見うどん キャベツの土佐和え 野菜ジュースゼリー	21 三色丼 カリフラワーの酢物 すまし汁（さつま芋） ぶどうゼリー	22 ごはん 魚の利休焼き ひじきの煮物 すまし汁（冬瓜） マンゴープリン
昼食	24 ごはん さばの竜田焼 涼拌三絲 味噌汁（もやし） 野菜ジュースゼリー	25 炊き込みピラフ 白菜のクリーム煮 コンソメスープ フルーツ（キウイ）	26 おにぎり（かおり） 昆布おろしうどん 里芋の胡麻味噌煮 イチゴババロア	27 親子丼 いんげんの胡麻和え すまし汁（大根） チョコレートムース	28 ちらし寿司 鱈の幽庵焼き 筑前煮 赤だし（あさり・ワカメ） 水ようかん	29 シーフードカレー マカロニサラダ 漬物（福神漬） マンゴープリン

