



たのしまね通信 122号



2023年 11



フォトフレーム 作りました!



10月の作品はフォトフレームです。
中にフェルトを挟んでいるので、
ふっくらしたフレームになっています。



好きな和紙をボンドで丁寧に
貼り合わせました。



秋桜と共に玄関に
展示中です！
ぜひ、足を止めて
ご覧ください。



ランチタイム

準備編

毎日の昼食は2階の厨房で、
上にお住いの方の分と合わせ
て15食位を一人で用意して
います。

アレルギーなどで
食事の内容が
違うため、要チエ
ックしています。

お待たせ
しました!



ご相談窓口のお知らせ

日介ケアセンター島根 03-5831-3511 足立区役所介護保険課事業者指導係 03-3880-5111 (代表)
基幹地域包括支援センター03-6807-2460 (代表) 東京都国民健康保険団体連合会 03-6238-0177



11月月間献立表



	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
昼食			八宝菜	サバの味噌煮	イワシの生姜煮	冬瓜と鶏肉の煮物
おやつ			ソフトクレープ 白桃	今川焼	お楽しみおやつ	しっとり饅頭 (吹雪)
	6	7	8	9	10	11
昼食	モウカタレカツ	鶏肉とピーマンの照焼風	鶏肉のチリソース	秋の味覚御膳 	やわらかポークチャップ	栗南瓜コロケ
おやつ	焼きドーナツ (豆乳)	プリン	やわらかクリーム大福		ロールケーキ (宇治抹茶)	ムースシュー
	13	14	15	16	17	18
昼食	鶏肉と茄子のさっぱり煮	ポークカレー/福神漬	ブリの甘酢あんかけ	豆腐と豚肉のスタミナ炒め	ナポリタン	にしんの生姜煮
おやつ	ドームケーキ (ちょこ)	ミルクまんじゅう	ひとつくちホットケーキ (メープルソース)	杏仁豆腐	まごの手どら焼 (こしあん)	ロールケーキ (苺)
	20	21	22	23	24	25
昼食	白身魚のねぎあんかけ	山菜そば	世界の料理	焼き鳥	ソウダガツオの旨塩焼き	モウカの生姜煮
おやつ	マスカットゼリー	クレープ (黒蜜きなこ)		マドレーヌ	しっとり饅頭 (黒糖)	ひとつくちホットケーキ (カスタード)
	27	28	29	30		
昼食	マーボー茄子	彩り野菜のつくね巻	鶏肉のカシューナッツ炒め	タラのみぞれ煮		
おやつ	焼きドーナツ (チョコ味)	ロールケーキ (マンゴー)	コーヒーゼリー	お茶まんじゅう		
9(木)秋の味覚御膳			22(水)世界の料理		<p>* 都合によりメニューが変更になる事がございます。ご了承ください。</p>	
栗ご飯 白身魚ときのこの黒酢あん 野沢菜炒め、赤かぶ漬け さつま芋と豆の醤油仕立て (おやつ) 秋の姫 			パエリア、キャロットラペ 具たくさん海鮮アヒージョ かぶの洋風煮 キャベツとコーンのソテー (おやつ) ムースエクレア			