

平成31年1月 プログラム

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
		1 お休み	2 お休み	3 フリフリみくじ & 絵馬づくり	4 フリフリみくじ & 絵馬づくり	5 フリフリみくじ & 絵馬づくり
6 お休み	7 フリフリみくじ & 絵馬づくり	8 風船 羽子板	9 【創作】 絵手紙 ～篠崎様～	10 風船 羽子板	11 読み聞かせ ～柴田様～	12 風船 羽子板
13 お休み	14 落語を 楽しもう	15 落語を 楽しもう	16 【創作】 おやつを 作ろう♪	17 【創作】 壁飾りを 作ろう♪	18 【創作】 おやつを 作ろう♪	19 コグニ サイズ
20 お休み	21 【創作】 絵手紙 ～篠崎様～	22 飛行船の日 ～紙飛行機を 飛ばそう～	23 1・2・3 の日 ～リズム体操～	24 オカリナ ～岡田様～	25 レッドコード 新曲発表	26 レッドコード 新曲発表
27 お休み	28 レッドコード 新曲発表	29 レッドコード 新曲発表	30 シャンソン ～OFF TIME様～	31 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日 お休み	2日 お休み	3日 カニ釜飯風 重ね焼き 菜の花のわさび和え 豚汁 フルーツ	4日 チキンカレー スパゲティサラダ 漬物 ぶどうゼリー	5日 おにぎり (ゆかり) にゅうめん ゆず和え イチゴババロア
昼食	7日 ごはん ハンバーグ キャベツのピーナツ和え コーンスープ プリン	8日 ごはん 鶏じゃが ワカメの酢の物 味噌汁 (青梗菜) 野菜ジュースゼリー	9日 おにぎり (かおり) 肉うどん 白菜と春菊のゆず和え ババロア (マロン)	10日 ごはん 鶏肉のさっぱり煮 キャベツの煮浸し すまし汁 (白菜) コーヒーゼリー	11日 ごはん たまごコロッケ ほうれん草のサラダ ポタージュスープ フルーツヨーグルト	12日 中華丼 凉拌三絲 ワカメスープ 杏仁豆腐
昼食	14日 おにぎり (のりたま) なめこおろしそば ほうれん草のシラス和え フルーツポンチ	15日 五目チャーハン ピーマンサラダ 漬物 (福神漬) 中華スープ (青梗菜) チョコプリン	16日 ごはん 和風おろしハンバーグ かぼちゃの煮物 味噌汁 (もやし) 漬物 (きゅうり漬)	17日 おにぎり (わかめ) 焼きそば 里芋の煮物 フルーツヨーグルト	18日 炊き込みピラフ えびフライ ポタージュスープ ババロア (かぼちゃ)	19日 ごはん 牛蒡とひき肉の甘辛煮 菜の花のシラス和え そうめん汁 フルーツ (キウイ)
昼食	21日 ごはん さつま焼き ひじきの煮物 とろろ汁 フルーツポンチ	22日 ごはん 鯖の味噌煮 青梗菜のわさび和え すまし汁 (おつゆ麩) ババロア (いちご)	23日 鮭そぼろ丼 ふろふき大根 けんちん汁 ミルクプリン	24日 ごはん 白身魚のかぶら蒸し もやしのゆかり和え 根菜汁 漬物 (沢庵)	25日 散らし寿司 刺身 (2種) 高野の卵とし すまし汁 (冬瓜) ぶどうゼリー	26日 おにぎり (ワカメ) 貝たくさんラーメン 隠元の卵炒め イチゴババロア
昼食	28日 ビーフカレー マカロニサラダ 漬物 (福神漬) 牛乳フルーツ寒	29日 おにぎり (鮭菜めし) 山菜そば 小松菜の甘酢和え ぶどうゼリー	30日 ごはん 鶏肉のもろみ焼き さつま芋のレモン煮 貝たくさん汁 (ごぼう) フルーツヨーグルト	31日 ごはん 里芋シチュー 和風パスタ フレンチサラダ プリン		