

サンキューネットだより

令和6年
12月号

もうすぐ
クリスマス!

クリスマスの
飾りつけをしたよ
クリスマス会も
お楽しみに

12月はゆず湯で
あったまろう
(^ω^)

水耕栽培は、スポンジに
根がからまって切ったら
全滅・・・。次は根っこ
が無事に抜き取れる
ように最初からスポンジ
を細かく切って
試行錯誤しながら
再トライ!





今年もあと一か月!!

体調に気をつけて風邪をひかないでね!

サンキューネットデイサービスセンター
(TEL) 072-365-2359
(担当) 藤井 前島



12月カレンダー



ご飯と味噌汁は
おかわりも出来ます!

日	月	火	水	木	金	土		
1  カレー	2  彩り野菜のつくね巻き 里芋と小松菜の炒め煮 茎わかめと長芋の和え	3  キャベツ入りメンチカツ 添) 味付きいんげん 焼ビーフン 小松菜おろし和え	4  鮎かけ海鮮包み 蓮根とこんにやくのそぼろ煮 からし菜のおかか和え	5  鶏肉とじゃが芋のトマト煮 ブロッコリーの彩り鮎かけ クリーミー南瓜サラダ	6  にしん蒲焼き 添) 味付けれんこん 鮎かけがんもどき ブロッコリーの彩り玉子和え	7  酢鶏 大根のかに風味あん キャベツの赤しそ和え		
8  サバの赤味噌煮 豚肉と野菜の炒め物 わかめとしらすの酢の物	9  牛肉とごぼうの柳川風 野菜と麩の含め煮 ひじきとおくらの和え物	10  あぶらかれの照煮 南瓜そぼろあん 和風お豆サラダ	11  白身魚のラタトゥイユ風 カブとひき肉のトロトロ煮 マリネサラダ	12  豚肉と3種の野菜塩炒め 揚げじゃが(青のり) 白菜サラダ	13  ブラウンシチュー	14  マーボー豆腐 厚揚げの白だし煮 根菜マリネ		
15  お誕生日会 ブルコギ 海老入りしゅうまい 玉ねぎと若布の甘酢和え	16  鶏肉のクリームシチュー 豆のトマト煮 ツナとキャベツの和え物	17  クリームシチュー	18  豚肉と豆腐のスタミナ炒め がんもどきの含め煮 姫川竹の子と木耳のナムル	19  メバルの中華風 高野豆腐の野菜鮎かけ おくらの胡麻和え	20  鶏肉と茄子のさっぱり煮 ブロッコリーと木耳のねぎ塩炒め もやしのみょうが和え	21  八宝菜 大根のそぼろ煮 若布と胡瓜の酢の物		
22  松坂・鶏焼き肉風 カブと油揚げの煮物 ひじきの白和え	23  アジの甘露煮 豆腐の野菜あんかけ ほうれん草と切干大根のナムル	24  豚肉と茄子の味噌炒め はんぺんと青菜の煮浸し 五目豆	25  クリスマス会 ハヤシライス	26  ブリの甘酢鮎かけ ちくわの煮物 青梗菜と油揚げの煮浸し	27  豆腐干入りチンジャオロース 小さなねぎ焼 高菜の胡麻和え	28  甘だれ海鮮ハンバーグ しゅうまい ほうれん草のお浸し		
29  白鮭の塩焼き 添) おろし大根 肉じゃが 長芋のねばねば和え	30  海老のチリソース 中華風春雨 いんげんの黒胡麻和え	31  年越し わんこそば 肉団子の中華煮 さつまいもと昆布の煮物 青梗菜とえのきのお浸し	 <p>良いお年をお迎え下さい</p> <p>12月の月間レクリエーション</p> <p>年賀状作り</p>				 <p>365日 営業中</p>	

※ 献立については、自然災害や交通事情の影響により食材の納品が間に合わない場合、予定していた食品の一部や献立そのものを予告なく変更する場合があります。予めご了承ください。

サンキューネット・デイサービスセンター
(TEL) 072-365-2359 (担当) 藤井 前島