

介護医療院

花見川便り



2026 年
10 月号

2026 年 10 月 発行

9 月 敬老会メニュー

- ・ 赤飯
- ・ 天ぷら
- ・ 筑前煮
- ・ 果物
(なし・ぶどう)



お誕生日会





敬老会



	10月	レクリエーション予定表				2階
日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
				ヨーヨーすくい	映画	映画
4	5	6	7	8	9	10
歌	色集めゲーム	整容	壁面工作	壁面工作	映画	映画
11	12 スポーツの日	13	14	15	16	17
風船バレー		整容	色集めゲーム	誕生日会	映画	映画
18	19	20	21	22	23	24
歌	風船バレー	整容	新聞紙丸めてゲーム	秋祭り	映画	映画
25	26	27	28	29	30	31
風船バレー	歌	整容	サッカー	ヨーヨーすくい	映画	映画

	10月	レクリエーション予定表				3階
日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
				歌	風船バレー	輪投げ
4	5	6	7	8	9	10
映画	整容	映画	色集めゲーム	新聞紙丸めてゲーム	歌	壁面工作
11 スポーツの日	12	13	14	15	16	17
	整容	映画	新聞紙丸めてゲーム	誕生日会	風船バレー	壁面工作
18	19	20	21	22	23	24
映画	整容	映画	ヨーヨーすくい	秋祭り	歌	サッカー
25	26	27	28	29	30	31
映画	整容	映画	新聞紙丸めてゲーム	ヨーヨーすくい	風船バレー	色集めゲーム

10月予定献立表

	日	月	火	水	木	金	土
					1	2	3
ひる					ご飯	タンメン	ご飯
					アジフライ	じゃが芋の煮物	豚にら炒め
					ひじきの煮物	大根サラダ	卵の花
					ブロッコリーサラダ	牛乳	モロヘイヤおかか和え
					ヨーグルト		牛乳
おやつ					ココアミルク寒天	レモンケーキ	バナナオムレット
	4	5	6	7	8	9	10
ひる	ご飯	ご飯	ポークカレーライス	ご飯	ご飯	菜飯	ご飯
	ほきの味噌マヨ焼き	鶏肉のパン粉焼き	チーズサラダ	カレイの香味漬け焼き	豆乳味噌スープ	メンチカツ	鶏肉のレモンペッパー焼き
	里芋の煮物	ごぼうとベーコンの炒め物	フルーツヨーグルト	根菜の煮物	白身魚の柚子胡椒焼き	切り干し大根の煮物	ごぼうとこんにゃくの炒め煮
	ブロッコリーサラダ	チンゲン菜の生姜和え	福神漬け	春菊の白和え	インゲンのサラダ	もやしサラダ	春雨サラダ
	牛乳	ヨーグルト		牛乳		ジョア	牛乳
おやつ	メロンムース	カステラ	ミルク寒天オレンジソースがけ	せんべい	誕生会★ケーキ	バウムクーヘン	ココアミルク寒天
	11	12	13	14	15	16	17
ひる	ご飯	ご飯	ご飯	パン	麦ご飯	ハヤシライス	ご飯
	白身魚フライ	チンジャオロース	さわらの幽庵焼き	いちごジャム	マーボー豆腐	海藻サラダ	つみれ汁
	かぶときのこの豆乳味噌煮	里芋の煮物	卵の花	クリームシチュー	れんこんの炒り煮	バインヨーグルト	鶏肉の照り焼き
	チンゲン菜のゆかり和え	ほうれん草の酢味噌和え	小松菜とピーマンの和え物	きのこサラダ	春菊のおひたし		春菊の白和え
	牛乳	ジョア	牛乳	ヨーグルト	ヨーグルト		
おやつ	バナナムース	紅茶ケーキ	ドーナツ	せんべい	オレンジケーキ	レモンケーキ	ミルク寒天ブルーベリーソース
	18	19	20	21	22	23	24
ひる	ご飯	ご飯	ほうとう風うどん	菜飯	＜秋祭り＞	秋野菜カレーライス	ご飯
	さばの塩焼き	白身魚ねぎ味噌焼き	なすの甘辛炒め	サーモンフライ	栗ご飯	コールスローサラダ	具沢山きのこ汁
	ひじきの炒り煮	ごぼうとベーコンの炒め物	チンゲン菜のドレ和え	里芋のそぼろ煮	から揚げ・厚焼卵	みかんヨーグルト	あじの南蛮漬け
	かぼちゃサラダ	おくらポン酢和え	牛乳	三色胡麻ドレ和え	ナポリタン	福神漬け	いんげんの磯辺和え
	ヨーグルト	牛乳		ジョア	ほうれん草のソテー 苺ヨーグルト		
おやつ	ピーチムース	バウムクーヘン	レモンケーキ	せんべい	クリームパン	ようかんロール	バナナオムレット
	25	26	27	28	29	30	31
ひる	ご飯	チャンポン	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	豚肉のスタミナ焼き	冬瓜の煮物	アジフライ	鶏肉の梅肉焼き	ブルコギ風	白身魚タルタル焼き	かに玉
	れんこんのおかか煮	モロヘイヤおかか和え	茄子の生姜炒め	きのこ炒め	じゃが芋の煮物	里芋そぼろ味噌煮	こんにゃくといんげんの炒め煮
	ブロッコリー酢味噌和え	牛乳	小松菜とささみの和え物	白菜柚子和え	なめ茸豆腐	小松菜なめ茸和え	春菊の白和え
	牛乳		ヨーグルト	牛乳	ジョア	ヨーグルト	ジョア
おやつ	ぶどうムース	栗かすてら饅頭	カステラ	せんべい	プレーンドーナツ	ミルク寒天黒蜜がけ	かぼちゃ蒸しケーキ

※食材等の都合により、献立内容が変更になることがあります。