tums

2026年 11月

# 介護医療院花見川　通所リハビリ便り











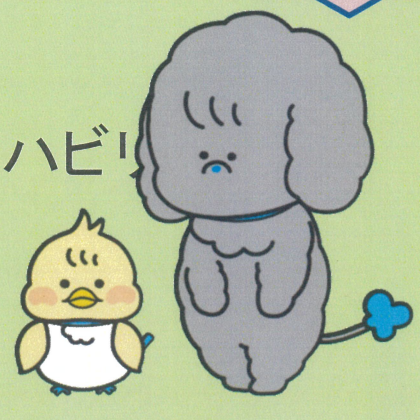

ウクレレの音色はとても心地よくフラダンスはとても綺麗でした(^^♪

ハロウィンイベントはみんなで仮装し写真を撮りました。おやつもいつもより特別です！

## 11月の行事予定

・ボランティア　フルート演奏
・職員による紙芝居
＊振替希望をお受けしています。

見学・ご相談
いつでも受け付けています！



タムス介護医療院花見川通所リハビリ

TEL：047-480-2131
FAX：047-480-2626

担当：福士・山地

2026年
令和8年 11月 タムス介護医療院花見川（デイケア）献立表

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|---|---|---|---|---|
| 2<br>ブリの青じそ焼<br>さっぱりｷｬﾍﾞﾂのﾚﾓﾝ風味<br>ふきの含め煮<br>じゃが芋の青のりﾊﾞﾀｰ炒め<br>一夜漬 | 3<br>鶏肉のﾎﾜｲﾄｿｰｽ煮<br>小松菜煮<br>人参とｾﾞﾝﾏｲのナムル<br>白菜と麩の卵とじ<br>オクラのペペロンチーノ | 4<br>やわらかメンチカツ<br>切干大根とベーコンの煮物<br>大豆と野菜のカレー炒め<br>青梗菜ともやしの和え物 | 5<br>豚肉と彩り野菜の中華炒め<br>人参と薩摩揚の金平<br>マカロニのｺｰﾝｸﾘｰﾑ煮<br>オクラのお浸し | 6<br>麻婆豆腐<br>根菜の酢漬け<br>麩の野菜あんかけ<br>昆布の佃煮 | 7<br>シイラ白醤油焼<br>オニオンソテー<br>ひじきのごまマヨ和え<br>豚肉のチリソース炒め<br>竹輪の辛子炒め |
| 9<br>プレーンオムレツ<br>隠元と人参のグラッセ<br>春雨とメカブのﾁｬﾌﾟﾁｪ<br>白菜と鶏肉のとろみ煮<br>ひじきとベーコンの煮物 | 10<br>鰆の味噌粕焼<br>玉葱煮<br>人参のきな粉和え<br>油揚の卵とじ<br>切干大根としらすの煮物 | 11<br>ロールキャベツの和風煮<br>法蓮草<br>南瓜サラダ<br>鶏肉と蓮根の青のり炒め<br>人参とﾋﾟｰﾏﾝのﾂﾅ炒め | 12<br>白身フライ<br>ｷｬﾍﾞﾂと搾菜のナムル<br>マカロニのデミグラス煮<br>菜の花の胡麻味噌和え | 13<br>長崎ちゃんぽん野菜炒め<br>蓮根の土佐煮<br>竹輪とじゃが芋の和風炒め<br>青梗菜ともやしの和え物 | 14<br>鶏ももと根菜の照り煮<br>春雨とツナのピリ辛炒め<br>キャベツと豚肉の洋風炒め<br>オクラのお浸し |
| 16<br>ポークジンジャー<br>カリフラワーの甘酢漬<br>牛蒡と竹輪の甘辛炒め<br>ﾋﾟｰﾏﾝと鶏挽肉の炒め物 | 17<br>白身魚の味噌煮<br>ピーマンの山椒炒め<br>中華うま煮<br>高野豆腐とふきの卵とじ<br>一夜漬 | 18<br>海老カツ<br>玉葱煮<br>大根とコーンの中華和え<br>鶏肉のエスニック炒め<br>コロコロ野菜のピクルス | 19<br>鶏の甘酢煮<br>人参煮<br>フレンチマカロニ<br>ｷｬﾍﾞﾂの麻婆あんかけ<br>一夜漬 | 20<br>豚肉とｷｬﾍﾞﾂの胡麻味噌炒め<br>ブロッコリーの卵とじ<br>ウインナーポテト<br>塩麹のキャロットラペ | 21<br>照焼チキン<br>隠元煮<br>肉入り卵の花<br>野菜炒め<br>大根の酢漬け |
| 23<br>牛肉と筍入り春雨炒め<br>菜の花と錦糸卵のお浸し<br>白菜と鶏肉のとろみ煮<br>人参しりしり | 24<br>和風おろしハンバーグ<br>オクラのお浸し<br>和風コールスロー<br>豚肉と蓮根の炒め物<br>小松菜の辛子和え | 25<br>鶏肉と白菜の中華炒め<br>じゃが芋とひじきの煮物<br>スパゲッティイタリアン<br>人参のきな粉和え | 26<br>ハムカツ<br>ふきの金平<br>菜の花のお浸し<br>豚肉と白菜の旨煮<br>ピーマンと鶏挽肉の炒め物 | 27<br>にしんの蒲焼<br>人参グラッセ<br>ｷｬﾍﾞﾂと玉葱のｺﾝｿﾒ煮<br>大豆と大根の柚子風味煮<br>若芽ともやしの酢の物 | 28<br>肉団子の根菜あんかけ<br>ふきと油揚の炒め煮<br>ｷｬﾍﾞﾂと薩摩揚の中華炒め<br>卵みそ |
| 30<br>助宗タラの煮付け<br>玉葱煮<br>キャロットラペ<br>じゃが芋とコーンのﾊﾞﾀｰ醤油<br>菜の花と竹輪の辛子和え | | | | | |

☆昼食にはご飯又はお粥・汁物、おやつにはお菓子・飲み物が提供されます。
☆都合により献立を変更する場合がありますので、予めご了承ください。