

2025年度

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
		播磨町デイサービスはお盆期間も 休まず営業しています。 みなさまのご利用お待ちしております。 		1 赤魚の照り焼き 金平ごぼう ひじきときゅうりの中華風和え 味噌汁 497 キロカロリー おやつ/ グレープゼリー	2 筑前煮 小松菜と卵炒め 白菜のゆかり和え 味噌汁 509 キロカロリー おやつ/ 水ようかん
4 鶏肉と野菜のみぞれ煮 インゲンと竹輪の炒め物 キャベツの塩昆布和え 味噌汁 544 キロカロリー おやつ/ 焼きドーナツ(豆乳)	5 白身魚のフライ 豆腐とかにかまのとろとろ煮 大根とオクラの梅おかか和え 味噌汁 658 キロカロリー おやつ/ 喫茶はりま	6 ブルコギ しろなと平天の煮物 切干大根の酢の物 味噌汁 618 キロカロリー おやつ/ 苺ムース	7 鯖の塩麹焼き 厚揚げの煮物 キャベツと大豆のサラダ 味噌汁 486 キロカロリー おやつ/ チョコレートムース	8 鶏天の甘酢あんかけ 青梗菜のベーコンの炒め物 オクラのツナ和え 清汁 594 キロカロリー おやつ/ ドームケーキ(いちご)	9 豆腐の味噌炒め さつま芋のレモン煮 茶碗蒸し 味噌汁 545 キロカロリー おやつ/ りんごゼリー
11 豚肉と青梗菜のオイスター炒め 切干大根煮 白菜の甘酢漬け 味噌汁 533 キロカロリー おやつ/ いちごゼリー	12 鶏肉と野菜の柚子胡椒炒め 冬瓜と茄子の炊き合わせ きゅうりとハムのサラダ 味噌汁 496 キロカロリー おやつ/ じゃがりこ	13 白身魚の生姜煮 竹輪とピーマンの甘辛炒め 青梗菜のナムル 味噌汁 475 キロカロリー おやつ/ 抹茶プリン	14 鶏と里芋の味噌煮 ビーフンソテー 茶碗蒸し 味噌汁 571 キロカロリー おやつ/ ミニおはぎ	15 カレーライス 小松菜の煮浸し ヨーグルト和え 味噌汁 783 キロカロリー おやつ/ レアチーズケーキ	16 鯖の塩焼き スナッピースのバターソテー インゲンのごまポン酢和え 清汁 456 キロカロリー おやつ/ プチクレープ
18 あじの南蛮漬け れんこんとひじきの炒め煮 ほうれん草と卵のサラダ 味噌汁 518 キロカロリー おやつ/ シュークリーム	19 ハヤシライス 炒り豆腐 キャベツとコーンのサラダ 味噌汁 695 キロカロリー おやつ/ 焼きドーナツ(豆乳)	20 肉団子のポトフ インゲンのバター醤油炒め ささみときゅうりの梅風味和え 味噌汁 482 キロカロリー おやつ/ 紅茶ムース	21 豚肉と夏野菜の甘酢炒め かぼちゃの炊き合わせ 切干大根のナムル 清汁 572 キロカロリー おやつ/ ドームケーキ(チョコ)	22 白身魚のカレームニエル 平天とインゲンの炒め煮 茶碗蒸し 味噌汁 536 キロカロリー おやつ/ プリン	23 鶏肉のねぎ塩炒め 冬瓜のあんかけ ひじきのツナマヨ和え 味噌汁 502 キロカロリー おやつ/ グレープゼリー
25 鶏肉の青じそ香味焼き 高野豆腐の卵とじ 春雨中華サラダ 味噌汁 563 キロカロリー おやつ/ 水ようかん	26 タラの野菜あんかけ じゃがいものカレーソテー 茶碗蒸し 味噌汁 524 キロカロリー おやつ/ レアチーズケーキ	27 八宝菜風 茄子の煮浸し ほうれん草のツナマヨ和え 清汁 543 キロカロリー おやつ/ 喫茶はりま	28 鯖の味噌煮 里芋のそぼろあんかけ 豆腐サラダ 味噌汁 512 キロカロリー おやつ/ りんごゼリー	29 肉団子の酢豚風 もやしとニラの炒め物 小松菜のおかか和え 味噌汁 544 キロカロリー おやつ/ じゃがりこ	30 回鍋肉 しろなと竹輪の煮浸し ブロッコリーサラダ 味噌汁 505 キロカロリー おやつ/ 抹茶プリン

8月のレクリエーション・行事のお知らせ

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
8月祭	14日～16日 納涼カラオケ大会 通信カラオケ導入後初のカラオケ大会です。 日頃の練習の成果を発揮してください！ また初めての方もこの機会にチャレンジしてみませんか？ 出場者お待ちしております！！			1 足湯の日 グループリハビリ	2 ファイブG 来 演
4 水彩画 グループリハビリ	5 喫茶はりま	6 顔のマッサージ 音楽療法	7 カラオケ グループリハビリ	8 カラオケ グループリハビリ	9 岡部祐希さん 来 演
11 カラオケ グループリハビリ	12 カラオケ グループリハビリ	13 足湯の日 グループリハビリ	14 15 16 納涼カラオケ大会		
18 ら・マロン 来 演	19 足湯の日 グループリハビリ	20 カラオケ グループリハビリ	21 22 23 リラックスの日		
25 顔のマッサージ 音楽療法	26 カラオケ グループリハビリ	27 喫茶はりま	28 足湯の日 グループリハビリ	29 カラオケ グループリハビリ	30 映像鑑賞

