

月	火	水	木	金	土	
					1	
<p align="center"><b>お知らせ</b>  <b>感染予防のため、行事やボランティアの                      急な変更を行う事がありますので                      ご理解、ご協力のほどよろしくお願い致します。</b></p>						
						
						栗入りお赤飯 赤魚の生姜煮 高野豆腐の煮もの えのき和え 清汁 
3	4	5	6	7	8	
		絵画教室		6-7時間 書道会		
ごはん 牛肉のしぐれ煮風 がんもの含め煮 お浸し フルーツ	ごはん 魚の味噌焼 煮ころがし マヨネーズ和え 清汁	ごはん ミートローフ サラダ コンソメスープ フルーツ	ご当地グルメリレー (熊本編)	ごはん 魚の照焼 じゃが芋の含め煮 ごま和え かき玉汁	ごはん 魚のマヨネーズ焼 もやし炒め煮 和え物 フルーツ	
10	11	12	13	14	15	
スポーツの日  デイケア休み		絵画教室	散髪 6-7時間 手工芸			
	ポークカレー フレンチサラダ ブルーチェ 福神漬 	ごはん アジフライ 盛り合わせ 和えもの フルーツ	ごはん 鶏肉のさっぱり煮 ひじきの煮つけ ドレッシングかけ 豚汁	駅弁シリーズ (岡山駅) 	ごはん 魚のバター焼 野菜炒め 和風サラダ フルーツ	
17	18	19	20	21	22	
		絵画教室			6-7時間 書道会	
		お誕生日ケーキ 				
ごはん 蒸し魚のあんかけ 煮浸し 酢の物 清汁 	ごはん 豆腐と豚肉のきのこ炒め なすの煮物 ごま和え フルーツ	ごはん 焼魚 とうがんのうすくず煮 マヨネーズ和え 呉汁	ごはん コロケ カキ油炒め お浸し フルーツ	チャンポン サラダ フルーツ 	ごはん オムレツ ソテー イタリアンサラダ スープ	
24	25	26	27	28	29	
		絵画教室		散髪		
	お取り寄せスイーツ					
ごはん 鶏肉のごま照焼 里芋の含め煮 酢の物 かき玉汁	ごはん かに玉 煮浸し ピーナツ和え フルーツ	ゆかりごはん 魚の香味焼 なすのおかか煮 ごま和え けんちん汁	きつねうどん 炊き合わせ フルーツ 	ごはん 魚の柚庵焼 ひじきと大豆の炒り煮 土佐酢和え 清汁	ごはん 魚の味噌煮 金平だいこん お浸し フルーツ 	
31						
	10月の書道会、手工芸開催予定日 書道・10/7(金)、10/22(土) 手工芸・10/13(木)		6-7時間利用では、外出行事や手工芸など 生活支援につながるメニューや 趣味活動を行っています。 興味のある方はケアマネジャー、相談員、 デイ職員にお問い合わせください。			
ハヤシライス サラダ フルーツ 福神漬 						