

あけまして おめでとうございます

アクイールポスト 1月号




献立だより 平成30年1月



月	火	水	木	金	土
1日	2日	3日	4日	5日	6日
赤飯 一の重 雑煮 すまし仕立て (もち麩・鶏肉 しろな・人参)	ご飯 二の重 雑煮 白味噌仕立て (もち麩・白菜 人参・しいたけ)	ちらし寿司 大根と豚肉の煮物 赤だし (青梗菜・白ネギ) フルーツ (黄桃缶・白桃缶)	ご飯 焼肉風炒め 千草蒸し キャベツとハムの マヨサラダ みそ汁	ご飯 白身魚の揚げ浸し 白菜としいたけの 煮物 ほうれん草とかまぼ この練りごま和え 味噌汁 ふんわり名人 ミルク餅	ご飯 豚肉の生姜炒め ぎんなんがんもの 煮物 胡瓜とかまぼこの 土佐酢和え みそ汁 水ようかん
8日	9日	10日	11日	12日	13日
キーマカレー 福神漬け らっきょう漬け いんげんとツナの アイランドレサダ ヨーグルト	ご飯 焼きさばの南蛮漬け 里芋と油揚げの 甘辛煮 ほうれん草とささみ のなめ茸和え 味噌かきたま汁	ご飯 プレーンコロケ カニコロケ おでんぶ 【徳島県郷土料理】 アロココとコーンの 大葉ドレサダ	ご飯 鶏肉のさっぱり煮 しろなとかまぼこの 辛子醤油和え 味噌汁 白桃缶	ご飯 赤魚の味噌粕煮 野菜炒め 大根とささみの 和風香味ドレサダ すまし汁	京風たぬきうどん ごぼうと牛肉の しぐれ煮 マンゴー缶
シフォンカップ ケーキ 抹茶	ミルクプリン	酒まんじゅう	ワッフル	ふんわり名人 ミルク餅	水ようかん
15日	16日	17日	18日	19日	20日
赤飯 刺身盛り 大根と豚肉の味噌煮 うまい菜の卵の花 和え 茶碗蒸し	豚肉の柳川井 山芋としいたけの 煮物 キャベツとささみの パンパンドレサダ 味噌汁	ご飯 白身魚の唐揚げ 大根と油揚げの べっこう煮 胡瓜とかまぼこの 土佐酢和え 味噌汁	ご飯 チンジャオロース いかふくさ焼き アロココとハムの アイランドレサダ 味噌汁	チキンカレー 福神漬け マカロニとアスパラの マヨサラダ ヨーグルト	ご飯 白身魚のフライ 鶏肉と絹揚げの 煮物 うまい菜としめじの 和え物 味噌汁 みたらし団子
カフェマドレーヌ	ミルクまんじゅう	チョコサンドケーキ	ぜんざい	手作りプリン	パウンドケーキ
22日	23日	24日	25日	26日	27日
ご飯 牛肉のすき煮 小松菜としめじの 炒め物 味噌汁 フルーツ (マンゴー缶・バナナ)	ご飯 かれいの揚げ物 高野豆腐の サイコロ煮 しろなと平天の和え物 粕汁	山菜にしんそば 鶏肉とごぼうの味噌煮 みかん缶	海鮮丼 大根と平天の煮物 うまい菜と こんにゃくの豆乳和 味噌汁	ご飯 肉団子の中華あんかけ 白菜とちくわの 煮浸し 中華スープ 杏仁豆腐	ご飯 ホッケの塩麹焼き 焼き豆腐の田楽 チンゲン菜とかまぼ このピーナツ和え かきたま汁
黒糖水ようかん	クリームコンフェ	ミルクまんじゅう	スイートポテト	ぼたぼた焼き	サンドケーキ
29日	30日	31日	1月15日(月) 昼食 『小正月』 		
ご飯 黒豆がんもの 炊き合わせ れんこんとこんにゃく の金平 キャベツの土佐酢和え 味噌汁 紅茶パウンドケーキ	ご飯 豚肉のピリ辛炒め やっこ ほうれん草と人参 の真砂和え 味噌汁 黒糖まんじゅう	ご飯 あじの焼き浸し ごぼうと油揚げ の煮物 味噌汁 ミルク寒天 ふんわり名人	小正月は元旦を大正月というのに対して読んだ名前 で、忙しく働いた主婦をねぎらう意味で「女正月」 とも呼ばれています。小正月は家庭的な行事を行う 正月で、盆と同様に大切な節目でした。 小正月に食べられる代表的なものに小豆があります。 小豆の赤色が悪霊払いになるという事で平安時代か ら食べられ続けています。		

1月24日(水) 昼食
『山菜にしんそば』



にしんそばとは、そばの上に、にしんの甘露煮を乗せたもの
です。京都が発祥と言われていますが、北海道でも名物
料理として提供する店が多いそうです。
にしんは冬から春にかけて栄養を蓄えて美味しい時期にな
ります。ぜひ、お楽しみください。

～1月1日昼食 一の重～



- ・有頭海老の旨煮 ・はたて煮
- ・寿高野の煮物
- ・お煮物
(筍の旨煮、椎茸煮物、六角里芋煮、
南瓜の煮物、昆布巻、鯛さや、牛蒡煮物、くわい)
- ・たこ祓紗焼き ・小梅蒲鉾
- ・梅ようかん ・栗きんとん(栗の甘露煮)



～1月2日昼食 二の重～



- ・獅子の照り焼き ・合鴨スモーク
- ・絵馬蒲鉾 ・松笠いかの旨煮
- ・山芋の白煮 ・仕出し高野
- ・鶏つくね
- ・お煮物
(蓮根煮物、ふき煮物、人参、五目しんじょ、いんげん)
- ・胡瓜の甘酢(紅ざわいフレーク)
- ・黒豆煮(クコの実)



お正月はな・な・なんと!! 2日間、昼食におせち料理がでます!!お楽しみに～♡
今回、お休みでご賞味されたい方は、来年是非いらしてくださいね。お待ちしております。



謹賀新年

皆様におかれましては健やかな新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。昨年はご利用者の皆様、ご家族の皆様、そして地域の皆様より様々な面からご支援いただきありがとうございます。デイサービスセンターアキールも皆様方のお陰をもちまして無事に5回目の新春を迎えることができました。

今年の漢字は「北」でした。なんとなく暗いイメージを思わせます。アキールでも丸山職員と相馬職員の退職で「涙」と少し暗い漢字になりそうでしたが、原点に「戻」り職員一同が一丸となって事業に取り組むことができました。今年の最後には皆様と「笑」の漢字だったねとなる一年にしていきましょう。今年も個々の能力を活かし「笑」を引き出していきます。皆様におかれましては「笑」に満ち溢れる一年でありますこと心より祈ります。

宇田川 崇



1月の予定

二十	二十	二十	二十
日	日	日	日
保育園交流会	フルート	喜の会	

HAPPY BIRTHDAY

森田友治様	丸久美子様	関谷節子様	中村邦子様	山田千恵子様	山崎美智子様	久保ひろみ様	荒川清三郎様
須藤喜代子様	角田ヨミ子様	大橋ヨミ子様	鎌田桂子様	渡辺好子様	松丸公二様	本間正二様	中村典子様

