

2020 2月号 アクイールポスト



福鬼

は内!!

は外!!

			木		土
			日		1日
					ご飯 煮込みハンバーグ マカロニサラダ 味噌汁 黄桃缶 ミルク饅頭
3日	4日	5日	6日	7日	8日
ちらし寿司 イワシボール 菜の花と人参のごま和え 茶碗蒸し	ご飯 麻婆豆腐 鶏の唐揚げ 味噌汁(しめじ) 白菜の浅漬け	ナポリタン ほうれん草と鶏肉のソテー アスパラとツナの バジル風味ドレサラダ ミルクスープ	ご飯 白身魚のムニエル 卵の花 アスパラとかまぼこの パンパンドレサラダ 味噌かきたま汁	ハヤシライス もやしとハムの 和風香味ドレサラダ ヨーグルト(あんず)	ご飯 蒸し鶏 大豆と小エビの煮物 ほうれん草としめじの 塩ごまダレ和え 味噌汁(山芋)
福豆・甘酒 きなこゼリー	鈴焼 青リンゴゼリー	ぜんざい	カルシウム煎餅 オレンジゼリー	サンドケーキ イチゴゼリー	抹茶プリン
10日	11日	12日	13日	14日	15日
ご飯 黒豆がんもの炊き合わせ もやしと焼き豚の炒め物 キャベツとちりめんの 土佐酢和え 味噌汁	鶏飯 さけの塩焼き チンゲン菜と 平天の炒め煮 味噌汁(白菜) 黄桃缶	ご飯 チキンカツ ふろふき大根 すまし汁 高菜いため	ご飯 白身魚のグリル 里芋とふきの煮物 もやしとコーンの ごま風味ドレサラダ 味噌汁(絹揚げ)	ご飯 ハンバーグ うまい菜としめじのソテー キャベツと人参のマリネ トマトスープ(じゃが)	ご飯 さばの味噌煮 大根といんげんの和え物 すまし汁(豆腐) 冷凍パイ
パインゼリー	栗あんまんじゅう 水ようかん	動物ホットケーキ ミルクゼリー	みたらし団子	チョコプリン	
17日	18日	19日	20日	21日	22日
京風たぬきうどん 牛肉と筍のしぐれ煮 マンゴー缶	ご飯 メンチカツ・海老フライ 里芋といんげんの煮物 胡瓜の梅和え 味噌汁(なめこ・わかめ)	豚肉と豆のカレー 福神漬け・らっきょう キャベツとツナの バジル風味ドレサラダ ヨーグルト	ちらし寿司(柚子風味) うまい菜と豚肉の炒め煮 白菜のあっさり和え 味噌汁(油揚げ・大根)	ご飯 いわしの生煮 白菜といかのとろみ炒め しろなと油揚げの豆乳和え 豚汁(豚肉・じゃがいも)	豚丼 さつまいもの甘煮 ブロッコリーとツナの 大葉ドレサラダ 味噌汁
くらごま水ようかん	ファンシーケーキ 柿ミックスゼリー	ミルク饅頭 柚子ゼリー	紅茶パウンドケーキ パインゼリー	ぼたぼた焼き・飴湯 きなこゼリー	ショコラケーキ ココアゼリー
24日	25日	26日	27日	28日	29日
高菜ご飯 さばの照り焼き 卵の花 白菜の梅和え 味噌汁	焼きそば からし菜とかまぼこの 炒め煮 味噌汁(筍・白ネギ) 洋なし缶	ご飯 ぶり大根 豆腐の真砂あんかけ アロカシーと玉ねぎの クリームドレサラダ 味噌汁(じゃがいも)	えびチャーハン 八宝菜 中華スープ 杏仁豆腐	ご飯 ホキの香草パン粉焼き 大豆煮 味噌汁(棚ねぎ) 胡瓜の浅漬け風	ご飯 松風焼き からし菜と 油揚げの煮びたし もやしとしめじの パンパンドレサラダ 味噌汁(さつまいも)
レンジシフォンカップケーキ 甘夏ゼリー	プリン	ミルク餅 ミルク餅ゼリー	黒糖まんじゅう 黒糖水ようかん	紅茶サンドケーキ グレープゼリー	おしるこ

2月11日(火) 昼食
『鶏めし』
[愛媛県郷土料理]



鶏めしとは伊予地方に伝わる郷土料理で、野菜や鶏肉や松山揚げを濃口醤油で炊き込んだご飯です。醤油の風味が香ばしく、コクのあるご飯と鶏肉の相性は抜群で食欲がそそる一品です。アクイールの鶏めしをぜひご賞味ください。



二日間、わたり、湖北台、中学校二年生の四人が職業体験に来ました。皆様から、楽しい時間を過ごせましたね。とても積極的な中学生たちで、将棋にオセロ、卓球、素敵な踊りまで披露してくれました。この中から将来高齢福祉を盛り上げてくれる子が出てくれると嬉しいですね。



几帳面で努力家である人が多いと言われているねずみ年の方。ネズミ年の方に今年の目標を聞きました。今年もたくさん努力して目標を達成しましょうね



今年は暖冬で例年に比べると過ごしやすい毎日です。ですが、世間ではインフルエンザは流行しています。基本ではありますが、手洗い、うがいが一番の予防の事です。皆さんもマメに手洗い、うがいをしてインフルエンザ予防に努めましょうね。



たくさん体操して、いつまでも元気にアクイールに通います。

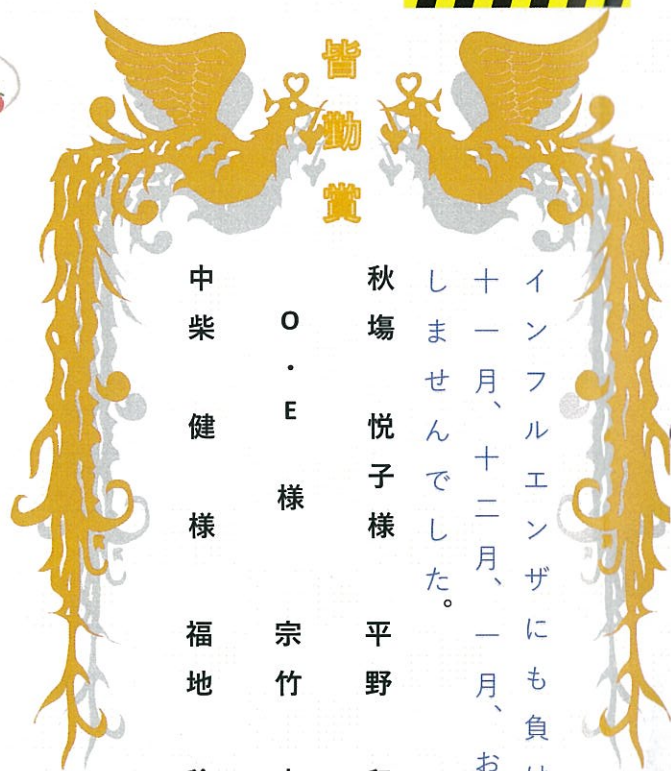
下村様 84歳

宇田川さんといつまでもいられればそれでいい。

浅井様 84歳

頑張ってます。

向様 96歳



初旬、
二〇日 (木) イチゴ狩り
十九日 (水) 喫茶店
十七日 (月) 社交ダンス

渡邊 鈴木保男様
東海 水口英雄様
久保 清田政子様
川村 芳江様
飯島 小菅武様
美那子様
那子様

中柴 健様
福地 稔様
O・E 様
宗竹 良樹様

秋場 悦子様
平野 和子様
十一月、十二月、一月、お休ませませんでした。



今年も毎年恒例のイチゴ狩りに行きます。参加希望の方は当日に現金をお持ちください。今年も美味しいイチゴをたくさん食べて、風邪予防しましょうね。