

令和2年

9月

Acueil Post
デイサービスセンターアクイール
我孫子市岡発戸1498
☎04-7165-6511

アクイールポスト

曜日	月	火	水	木	金	土
日付	1	2	3	4	5	5
昼	親子丼 筍と豚肉の煮物 味噌汁(小松菜・白ねぎ) さくら漬け	御飯 赤魚の西京焼き 切干大根の煮物 さつまいもとオレンジのサラダ すまし汁(おろ・おつゆ)	御飯 ふっかソーメン チンゲン菜と豚肉の炒め物 黄桃缶	福寿司 とんかつ(おろしあん) 大豆と小えびの煮物 胡瓜の甘酢和え 味噌汁(白菜・玉ねぎ)	御飯 とんかつ(おろしあん) 大豆と小えびの煮物 胡瓜の甘酢和え 味噌汁(白菜・玉ねぎ)	チキンカレー キャベツとツナの和風レタダ ヨーグルト(あんずソース)
	エネルギー: 522kcal 蛋白: 22.5g 脂質: 13.8g 食塩: 3.54g	エネルギー: 485kcal 蛋白: 20.8g 脂質: 7.2g 食塩: 2.43g	エネルギー: 556kcal 蛋白: 17.1g 脂質: 15.5g 食塩: 3.64g	エネルギー: 593kcal 蛋白: 19.2g 脂質: 21.7g 食塩: 2.49g	エネルギー: 532kcal 蛋白: 19.4g 脂質: 12.9g 食塩: 2.45g	
おやつ	バタークッキー 紅茶	クリームコンフェ	手作りサボデー(柚子あん)	手作り青りんごゼリー	ふんわり名人きなこ餅	
	エネルギー: 159kcal 蛋白: 2.7g 脂質: 3.1g 食塩: 0.24g	エネルギー: 80kcal 蛋白: 1.8g 脂質: 2.5g 食塩: 0.07g	エネルギー: 85kcal 蛋白: 2.1g 脂質: 2.8g 食塩: 0.12g	エネルギー: 35kcal 蛋白: 0.1g 脂質: 0.1g 食塩: 0.02g	エネルギー: 69kcal 蛋白: 0.9g 脂質: 4.1g 食塩: 0.07g	
日付	7	8	9	10	11	12
昼	御飯 かいらいのかのあんかけ キャベツと豚肉の炒め物 かぼちゃと枝豆のサラダ 味噌汁(なす)	御飯 肉じゃが(牛肉) やっこ(だし醤油) すまし汁(ソーメン・花魁) 大根菜のよごし(富山県郷土料理)	秋のちし寿司 筍と豚肉の煮物 赤だし(里芋・しいたけ) ぶどうゼリー	御飯 豚肉の香味炒め 手作り味噌きごま豆腐 ブドウとコーンの中華レタダ 味噌かきたま汁	焼き鳥丼 小松菜と豚肉の炒め物 たたきごぼう 味噌汁(玉ねぎ・わかめ) 麦味噌仕立て	御飯 白身魚の香草パン焼き(1777) 高野豆腐のサイコロ煮 味噌汁(大根・えのき・いりこ風味) 白桃缶
	エネルギー: 562kcal 蛋白: 21.3g 脂質: 21.2g 食塩: 1.88g	エネルギー: 576kcal 蛋白: 22.5g 脂質: 16.4g 食塩: 2.81g	エネルギー: 558kcal 蛋白: 20.8g 脂質: 14.7g 食塩: 3.35g	エネルギー: 602kcal 蛋白: 19.8g 脂質: 26.0g 食塩: 2.22g	エネルギー: 538kcal 蛋白: 18.6g 脂質: 16.7g 食塩: 3.04g	エネルギー: 638kcal 蛋白: 24.2g 脂質: 25.9g 食塩: 2.24g
おやつ	ファンシーケーキ	手作り黒糖水ようかん	手作りキリンメルバ(バウダケーキ)	手作りミドリまんじゅう(抹茶あん)	手作り黒ごまたまらし餅(やわらか餅)	ワッフル
	エネルギー: 138kcal 蛋白: 2.2g 脂質: 6.4g 食塩: 0.12g	エネルギー: 48kcal 蛋白: 2.3g 脂質: 0.1g 食塩: 0.04g	エネルギー: 148kcal 蛋白: 1.7g 脂質: 9.0g 食塩: 0.16g	エネルギー: 136kcal 蛋白: 3.2g 脂質: 2.2g 食塩: 0.04g	エネルギー: 94kcal 蛋白: 0.8g 脂質: 3.7g 食塩: 0.00g	エネルギー: 73kcal 蛋白: 1.6g 脂質: 2.8g 食塩: 0.06g
日付	14	15	16	17	18	19
昼	お好み焼き(豚肉) ほうれん草とツナのソテー 味噌汁(あさり・ごぼう) 梨缶	御飯 オレンジチキン 大根と油揚げのべっこう煮 かたアヲとアハラの野菜レタダ 味噌汁(おろ・さつまいも)	御飯 かいらいの味噌煮 肉金平(豚肉) ほうれん草の真砂和え すまし汁(りん・小梅かまぼこ)	山菜御飯 鶏の唐揚げ 冬瓜の煮物 玉ねぎとツナのマリネ 味噌汁(しろな・しめじ)	御飯 さけの塩焼き 白菜と鶏肉の炒め煮 いんげんとパプリカのソーダ 味噌汁(じゃがいも・人参)	海鮮ちゃんぽん 絹揚げと豚肉の炒め煮 たたき胡瓜
	エネルギー: 481kcal 蛋白: 17.6g 脂質: 26.8g 食塩: 4.48g	エネルギー: 499kcal 蛋白: 18.9g 脂質: 11.6g 食塩: 2.28g	エネルギー: 499kcal 蛋白: 29.2g 脂質: 9.9g 食塩: 3.08g	エネルギー: 595kcal 蛋白: 19.6g 脂質: 22.3g 食塩: 3.85g	エネルギー: 537kcal 蛋白: 26.0g 脂質: 17.9g 食塩: 3.89g	エネルギー: 549kcal 蛋白: 26.8g 脂質: 18.6g 食塩: 5.85g
おやつ	手作りプリン(カラメルソース)	手作りマドレーヌ	手作りミルクまんじゅう(クリーム)	鈴焼き	養老山 上新あん	手作り紅茶バウンドケーキ
	エネルギー: 122kcal 蛋白: 4.3g 脂質: 4.8g 食塩: 0.12g	エネルギー: 146kcal 蛋白: 2.0g 脂質: 7.8g 食塩: 0.22g	エネルギー: 130kcal 蛋白: 1.7g 脂質: 5.5g 食塩: 0.05g	エネルギー: 85kcal 蛋白: 1.3g 脂質: 0.5g 食塩: 0.05g	エネルギー: 111kcal 蛋白: 2.2g 脂質: 0.3g 食塩: 0.06g	エネルギー: 170kcal 蛋白: 2.1g 脂質: 11.3g 食塩: 0.12g
日付	21	22	23	24	25	26
昼	松茸御飯 刺身盛り なすの揚げ浸し 白菜のレモン風味 茶碗蒸し(鶏肉・ごんなん)	敬老の日 キーマカレー スパゲティ・サラダ ヨーグルト	御飯 鶏肉の豆鼓煮 絹揚げと筍の煮物 かたアヲとコーンのルンバレタダ すまし汁(とろろ昆布・巻麩)	御飯 かいらいの揚げ惣菜(ソース) 高野豆腐のサイコロ煮 胡瓜とかまぼこの甘酢和え 味噌汁(さつまいも)	牛丼 白菜とツナの塩煮 味噌汁(なす・いりこ風味) 色寒天(洋なし缶添え)	御飯 さばの西京焼き チンゲン菜と油揚げの煮浸し 白菜の梅かつお和え とろろ汁
	エネルギー: 454kcal 蛋白: 21.7g 脂質: 11.5g 食塩: 3.09g	エネルギー: 566kcal 蛋白: 19.6g 脂質: 18.7g 食塩: 2.45g	エネルギー: 586kcal 蛋白: 24.9g 脂質: 23.4g 食塩: 2.46g	エネルギー: 516kcal 蛋白: 24.4g 脂質: 12.4g 食塩: 2.44g	エネルギー: 614kcal 蛋白: 23.8g 脂質: 21.0g 食塩: 3.18g	エネルギー: 561kcal 蛋白: 19.6g 脂質: 20.6g 食塩: 1.86g
おやつ	手作り紅白まんじゅう	おはぎ	手作りチョコマドレーヌ	手作り梅ミックスゼリー	手作りバウンドケーキ	手作りおしろこ(あられ)
	エネルギー: 182kcal 蛋白: 2.7g 脂質: 0.5g 食塩: 0.09g	エネルギー: 100kcal 蛋白: 1.7g 脂質: 0.1g 食塩: 0.04g	エネルギー: 149kcal 蛋白: 1.9g 脂質: 7.7g 食塩: 0.21g	エネルギー: 51kcal 蛋白: 0.1g 脂質: 0.1g 食塩: 0.02g	エネルギー: 171kcal 蛋白: 2.1g 脂質: 11.3g 食塩: 0.19g	エネルギー: 162kcal 蛋白: 3.6g 脂質: 0.2g 食塩: 0.03g
日付	28	29	30			
昼	野菜かき揚げそば 金平ごぼう みかん缶	御飯 いわしの山椒煮 ふかしじゃがいも(コーン) キャベツのゆかり和え イナムドゥチ(沖縄県郷土料理)	御飯 煮込みハンバーグ キャベツとツナの炒め物 マカロニサラダ 味噌汁(あさり・わかめ)			
	エネルギー: 584kcal 蛋白: 15.8g 脂質: 17.4g 食塩: 4.84g	エネルギー: 488kcal 蛋白: 19.4g 脂質: 12.1g 食塩: 2.64g	エネルギー: 622kcal 蛋白: 20.7g 脂質: 26.8g 食塩: 3.51g			
おやつ	手作りきなこプリン(バウムクーヘン添え)	バウムクーヘン	手作りアセロラゼリー			
	エネルギー: 94kcal 蛋白: 3.3g 脂質: 4.4g 食塩: 0.08g	エネルギー: 108kcal 蛋白: 1.5g 脂質: 4.6g 食塩: 0.15g	エネルギー: 32kcal 蛋白: 0.1g 脂質: 0.0g 食塩: 0.02g			

今月の壁画はお月見と蛸です
ぶどうも美味しそうですね



まだまだ残暑が厳しく熱中症に注意が必要です。皆さん暑さに負けず元気に過ごされています。

9月21日(月)昼食 『敬老の日』

敬老の日は法律によって「9月の第3月曜日」と定められています。

今年も敬老の日のお食事は旬の食材や人気メニューを組み合わせたお食事をお出しします。ぜひお楽しみに。

暑い日が続きますね！！
 カキ氷機でカキ氷を作ってみんなで食べました。
 皆さん美味しいと大好評でした！！



おやつバイキング

スポンジケーキ・お饅頭・ゼリーなどたくさんのおやつがあり、迷いながら選んでいました。
 美味しそうなおやつをみて、皆さん目がキラキラしていました。



敬老会のお知らせ

九月二十三日（水）敬老会を行ないます。長寿のお祝いの方の表彰、職員出し物、ビンゴ大会などありますので、お楽しみにして下さいネ！



アケイール農園

テラスのアサガオが咲きました。午前中の内しか見られないので朝見てみて下さいネ



九月の歌

村祭

- 一、村の鎮守の神様の
今日はめでたい御祭日。
どんどんひやらら、どんひやらら、
朝から聞える笛太鼓。
- 二、年も豊年豊作で、
村は総出の大祭。
どんどんひやらら、どんひやらら、
夜まで賑わふ宮の森。
- 三、治まる御代に神様の
めぐみ仰ぐや村祭。
どんどんひやらら、どんひやらら
聞いても心が勇み立つ。

皆勤賞

- 山田 通子 様
- 佐々木 八重 様
- 大場 和子 様
- 宮澤 周一 様
- 増子 伊都子 様
- 日暮 道子 様
- 海老原 トシ 様
- 花田 勇造 様
- 石塚 和三 様
- 勝木 晋 様
- 伊藤 順吉 様
- 高山 真千子 様
- 平野 和子 様
- 日暮 勝平 様
- 長野 良子 様

お誕生日
おめでとう
おめでとうございます

- 山本 光男 様
- 坂井 ぶん 様
- 池谷 タカコ 様
- 野村 陽子 様
- 増子 伊都子 様
- 高橋 澄子 様
- 遠田 さく 様
- 花田 咲子 様
- 山科 キヨ子 様

9月予定

十日（木）

梅澤先生の転倒予防体操教室

二十三日（水）

敬老会

