

アクイールポスト

AcueilPost

テ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



今月の壁面は海の中！！
たくさんのお魚が泳いでいますね！
涼しい気分になりますね！



日付	2	3	4	5	6	7
日付	8月6日(金)昼食 【サラダ寿司】		8月12日(木)昼食 【おくずかけ】宮城県郷土料理			
昼	 みなさんが大好きなお寿司ですが、今回は夏らしくサラダ寿司をお出しします。酢飯の程よい酸味が暑い日でも食欲をそそくれますよ。酢飯はお刺身にも合いますが、野菜との相性もばっちりです。野菜のみずみずしさと華やかな彩をお楽しみ下さい。	 おくずかけは、数種類の根菜類と油揚げなどをだし汁で煮込みそうめんを加えてとろみをつけた具だくさんの汁物です。宮城県南部を中心に、春秋の彼岸や、お盆の時期などに供される代表的な郷土料理です。食べ応えのある一品です。お楽しみに。				
おやつ						
日付	2	3	4	5	6	7
御飯	御飯 焼き肉風炒め 干草焼き 味噌汁(大根・人参) フルーツ(黄桃・白桃)	御飯 チーズメンチカツ(フライ濃厚ソース) ごぼうとくわの煮物 かぼちゃのサラダ コンソメスープ(カレー・コーン)	ぶっかけうどん 高野豆腐のサイコロ煮 しろなのハニハニサラダ	御飯 レモンチキン キャベツと豚肉の煮物 味噌汁(豆腐・味噌・味立) パン缶の紅茶ジュレ	サラダ寿司 里芋と鶏肉の煮物 ブロッコリーの白和え 味噌汁(あさり・白ねぎ)	御飯 白身魚のソテー(和風パターソース) 絹揚げの鶏そぼろ煮 しろなの真砂和え 味噌汁(白菜・わかめ)
おやつ	ととやさい(いちごクリーム) E: 63kcal 蛋白: 1.2g 脂質: 1.7g 食塩: 0.21g	ペーパーシュー(チョコ・カスタード) E: 77kcal 蛋白: 1.3g 脂質: 5.6g 食塩: 0.07g	手作りぜんざい(もち麩) E: 163kcal 蛋白: 5.2g 脂質: 0.5g 食塩: 0.00g	手作りガレット(りんごジャム) E: 86kcal 蛋白: 1.9g 脂質: 2.9g 食塩: 0.12g	手作りきなこソフトマフィン E: 106kcal 蛋白: 2.8g 脂質: 4.9g 食塩: 0.11g	手作りみたらし(餅やわらか餅) E: 73kcal 蛋白: 0.4g 脂質: 2.1g 食塩: 0.3g
日付	9	10	11	12	13	14
御飯	御飯 豚肉とキャベツの野菜炒め 一口がんもの煮物 ブロッコリーとちりめんのピリ辛和え 味噌汁(かぼちゃ)	御飯 ホキのピカパオ(ローソース) なすの田舎煮 大根とくわの和え物 味噌汁(白菜・人参・味噌)	ハヤシライス ブロッコリーのマヨサラダ フルーツ(黄桃・白桃)	御飯 さばの味噌煮 大根と豚肉のとろみ炒め 白菜とかまぼこのお浸し おくずかけ(宮城県郷土料理)	鶏そぼろと卵の二色丼 もやしと豚肉の炒め物 アスパラと平天の野菜ドレサラダ 味噌汁(白ねぎ・わかめ)	御飯 カツ丼 筈とふきの炒り煮 もずく酢 赤だし(しめじ・しいたけ)
おやつ	手作りキャラメルバウンドケーキ(パイ) E: 148kcal 蛋白: 1.7g 脂質: 9.0g 食塩: 0.16g	ぼたぼた焼き グリーンティー E: 102kcal 蛋白: 0.7g 脂質: 1.2g 食塩: 0.33g	クリームコンフェ E: 80kcal 蛋白: 1.8g 脂質: 2.5g 食塩: 0.07g	手作り水ようかん E: 49kcal 蛋白: 2.2g 脂質: 0.1g 食塩: 0.04g	手作りわらび餅(黒蜜) E: 27kcal 蛋白: 0.1g 脂質: 0.0g 食塩: 0.03g	手作りチョコドレーズ E: 149kcal 蛋白: 1.9g 脂質: 7.7g 食塩: 0.2g
日付	16	17	18	19	20	21
御飯	冷やし中華 チンゲン菜と絹揚げの炒め煮 マンゴー缶	ちらし寿司 れんこんと豚肉の炒り煮 キャベツと大根菜の洋風お浸し 茶碗蒸し(ごぼう・なると)	御飯 豚肉のごま醤油炒め/干草焼き なすの田舎煮(味噌・田舎) 胡瓜のレモン酢和え すまし汁(わかめ・人参)	御飯 焼きあじの南蛮漬け かぼちゃのミルク煮 白菜とくわの練りごま和え 味噌汁(油揚げ・しいたけ)	たこ飯 さばの西京焼き 筈と平天の煮物 うまい菜とえのきの和え物 とろろ汁	御飯 鶏肉のさっぱり煮 キャベツと焼き豚の炒め物 大根と大根菜の香味ドレ和え 味噌汁(ごぼう・わかめ)
おやつ	ショコラパッセ E: 85kcal 蛋白: 1.4g 脂質: 4.8g 食塩: 0.03g	手作りミルクまんじゅう(クリーム) E: 137kcal 蛋白: 1.6g 脂質: 2.2g 食塩: 0.04g	手作りずんだ餅(餅やわらか餅) E: 95kcal 蛋白: 1.5g 脂質: 2.7g 食塩: 0.01g	手作りベリーバウンドケーキ(ブルーベリー) E: 148kcal 蛋白: 2.1g 脂質: 9.7g 食塩: 0.11g	手作りはちみつレモンゼリー E: 40kcal 蛋白: 0.0g 脂質: 0.0g 食塩: 0.07g	ミニ今川焼き(クリーム) E: 102kcal 蛋白: 1.6g 脂質: 4.4g 食塩: 0.2g
日付	23	24	25	26	27	28
御飯	チンジャオロース 冬瓜のえび(くず煮) 味噌汁(もやし・しめじ) ぶどう(巨峰)	ミートソーススパゲティ キャベツとツナの炒め物 切干大根と豆のマヨサラダ ミルクスープ(鶏肉)	御飯 白身魚のグリル(マスタードタルタルソース) 枝豆とベーコンの塩バターソテー 大根の和風ドレサラダ 味噌汁(キャベツ・人参)	シーフードカレー もやしとハムのりんごドレサラダ 色菜天(黄桃・添え)	御飯 豚肉 やこ(醤油) 胡瓜の昆布和え 味噌汁(小松菜・かまぼこ)	かてめし(埼玉郷土料理) ホッケの塩麹焼き しろなと鶏肉の炒め煮 白菜とかまぼこの洋風お浸し 豚汁(豚肉・里芋・玉ねぎ)
おやつ	手作りドレーズ E: 146kcal 蛋白: 2.0g 脂質: 7.8g 食塩: 0.22g	手作り黒ごま水ようかん E: 73kcal 蛋白: 2.0g 脂質: 1.8g 食塩: 0.00g	手作りミルクまんじゅう(抹茶あん) E: 136kcal 蛋白: 3.2g 脂質: 2.2g 食塩: 0.04g	バウムクーヘン E: 108kcal 蛋白: 1.5g 脂質: 4.6g 食塩: 0.15g	まがりせんべい 冷やし飴 E: 109kcal 蛋白: 0.8g 脂質: 0.3g 食塩: 0.28g	手作りオレンジフォンダンケーキ E: 77kcal 蛋白: 1.6g 脂質: 4.0g 食塩: 0.0g
日付	30	31				
御飯	肉団子の野菜あんかけ 大根と平天の炒め煮 ブロッコリーとちりめんの香味だし和え 味噌汁(もやし・しいたけ)	御飯 鶏肉の豆鼓煮し 玉子豆腐 胡瓜とかまぼこのごま酢和え 味噌汁(大根・人参・いりこ風味)	レモンかすてら E: 91kcal 蛋白: 1.2g	手作りあんシュー(栗あん) E: 94kcal 蛋白: 1.8g		

オリンピックの聖火がやってきました！ ガンバレ！！ニッポン！！

テイサービスの運転手今崎孝則さんが、7月3日聖火ランナーとして松戸市「トーキョー」のイベントに参加されました。
本物のユニフォームとトーチをご厚意により、拝借することが出来ました。

TOKYO 2020



ビアガーデン



7月14日(水) 毎年恒例のビアガーデン、夏祭りを行いました。新型コロナウイルスの影響により利用者様のみの参加になりましたが、よく食べ、よく笑い、楽しく夏の気分を味わいました。
午前中はビアガーデン！！ノンアルコールビールで乾杯した後枝豆、どうもろこしをおつまみにハワイアン気分で過ごされました。昼食は渡邊施設長お手製のお好み焼きと焼きそばを食べました。
午後は夏祭り、縁日！！射的、輪投げ、ヨーヨー釣りの出店をまわりスイカ割りをしました。なかなかスイカが割れず 10人目でようやく割れました。最後は盆踊りを行い盛りだくさんな1日となりました。

新しい介護保険負担割合証が届きましたら提出をお願いします

毎週水曜15時05分にカスミ移動スーパーが来るようになりました。
ご利用になる場合はご自分の買い物のみしてください。
お金の貸し借り等はトラブルになりますので行わないようお願いします。

喫茶店



今月の歌

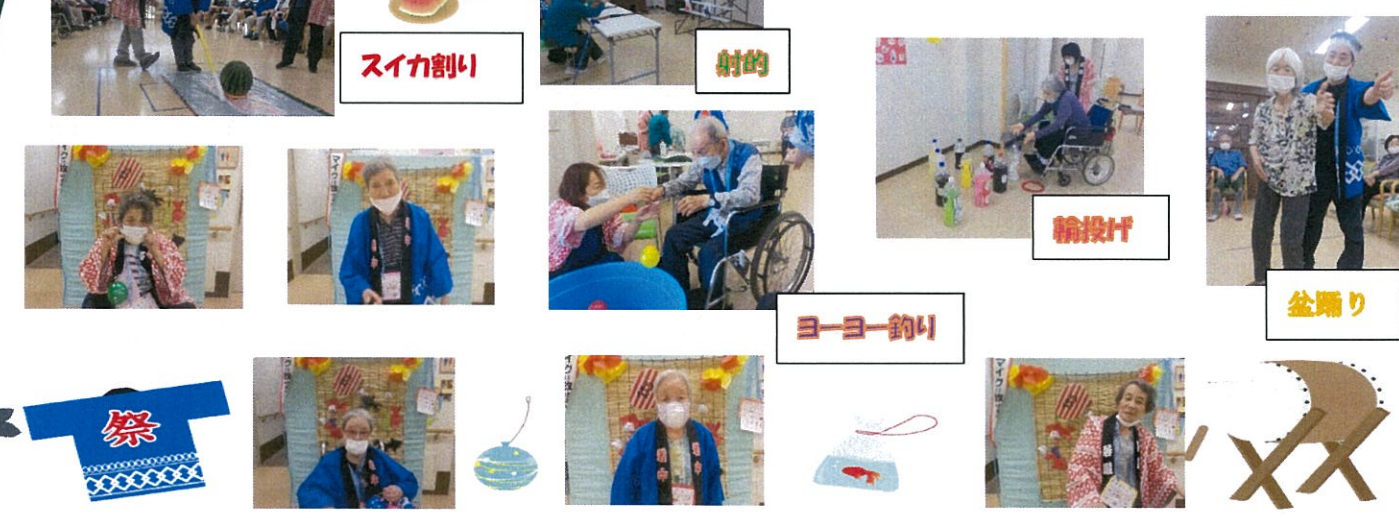
海

作詞・作曲 六所

一、松原遠く消ゆるところ、
白帆の影は浮ぶ。
下網濱に高くして、
鷗は低く波に飛ぶ。
見よ晝の海。
見よ晝の海。

二、島山間に著きあたり、
漁火光淡し。
寄る波岸に緩くして、
浦風軽く沙吹く。
見よ夜の海。
見よ夜の海。

夏祭り、縁日



かき氷
2日(月)～7日(土)
8月予定

- 石塚 和夫 様
稲垣 容子 様
唐澤 作衛 様
川村 芳枝 様
児玉 秋男 様
近野 幸枝 様
皆勤賞
坂井 ぶん 様
杉山 捷治 様
高橋 澄子 様
花田 勇造 様
土生 春男 様
林 花枝 様
福岡 桂芝 様
本間 正二 様
横山 ヨシ 様
お誕生日
おめでとう
おめでとう
星野 雅良 様
秋本 ヨシ 様
西川 嘉伸 様
須山 マサエ 様
松浦 謙子 様
O.E 様
小林 かよ 様
渋谷 千恵子 様
田口 琴子 様
山崎 美智子 様