



Wellness Terrace

ウェルネステラス

新聞

2022年12月号/富岡版



おたんじょうび おめでとう!

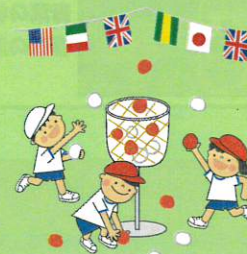


運動会

赤組と白組に分かれて3種目行いました。
体を動かして皆様とても楽しまれました。

おっとと

Good!



イエーッ!

ウオオッ!

当施設のお食事
サービス（おやつ付）
は直営です！



きょうのおぜん

朝食

昼食

夕食

11月8日の献立 昼食「卵カツ丼の卵のあんがカツと良く合いとても美味しかったです。」 職員M



ご飯
納豆
カニサラダ
減塩梅干し
大根と油揚げのみそ汁



卵カツ丼
盛合せサラダ(フロッキー)
白菜としめじのみそ汁



ご飯
白身魚の梅香蒸し
春雨の三色酢の物
白菜の柚子浸し
たくあん漬け

計1803kcal

11月15日の献立 昼食「ツナピラフは色々な野菜が入っていて見た目の彩も良く、味付けも美味しかったです。」 職員A



ご飯
いわしの梅煮
青菜のお浸し
とうろ芋
豆腐と油揚げのみそ汁



ツナピラフ
シュリンプサラダ
クリームコーンスープ



ご飯
おろし和風ハンバーグ
切干大根の煮付
ねぎの酢みそ和え
野沢菜漬け

計1797kcal

11月17日の献立 昼食「そばの量がちょうどよく、天ぷらもサクッと揚がっていてお腹いっぱい食べられました。」 職員O



ご飯
焼魚(ます一ツ)
青菜のお浸し
しそひじき
卵とねぎのみそ汁



天ぷらそば
(エビ、ナス、ピーマン)
焼き豚入り中華風和え物
パイン缶詰め



ご飯
五目うま煮(鶏肉)
青菜のアーモンド和え
かにのしょうが酢和え(チーズ)
味なす漬け

計1674kcal

11月30日の献立 昼食「魚のムニエルはカレーあんかけの風味も良く、美味しかったです。」 職員K



ご飯
目玉焼き
青菜とササミの辛子和え
白菜漬け
もやしと椎茸のみそ汁



食パン・ジャム
魚のムニエル・カレーあんかけ
ベージュガ
ポタージュ(パンフキン)



ご飯
蒸し鶏の吉野酢かけ(ほうれん草)
トマトスバゲティ
春菊の白和え
しその実漬け

計1654kcal

11月3日 文化の日



11月23日 勤労感謝の日

今日のおやつ



お赤飯
白身魚の西京焼き(サワラ)
鰯元の白和え
青菜の柚子浸し
春菊の漬汁



散らし寿司(イクラ)
ポテトサラダ
春菊とささ身のごま和え
あさりのみそ汁



チョコレートケーキ

