

2018/5

青葉区生活支援センターほっとサロン青葉夕食メニュー

(食事の予約・キャンセルは、14時までです。電話番号:910-1985)

日	曜日	主菜	副菜1	副菜2	取り組み内容
1	火	魚の照り焼き	蒟の煮物	ポテトサラダ	英語・アクセサリー
2	水	コロッケカレー	筍の胡麻和え	生野菜サラダ	ブレーメン
3	木	酢豚	大豆のかき揚げ	マカロニサラダ	さんぽ・体操
4	金	厚揚げと鶏肉煮	出し巻き卵	かに風味かまぼこサラダ	英語・卓球・プラモの会
5	土	ちらし寿司	冷奴	こんにゃくの炒り煮	ぼくらの情報館1(発達障がい)
6	日	10:30~18:30まで、フロア(フリースペース)ご利用できます			
7	月				
8	火	みそカツ丼	切干大根煮	ミモザサラダ	英語・カラオケ・荻田出前サロン
9	水	麻婆豆腐	ちくわの磯辺揚げ	あぶ玉煮	ブレーメン
10	木	ほっけ焼き	野菜の煮物	春雨サラダ	さんぽ・体操
11	金	ヒレカツ	若竹煮	じゃがいもとひじきのサラダ	英語・卓球
12	土	チンジャオロースー	ぜんまい煮	中華サラダ	
13	日	10:30~18:30まで、フロア(フリースペース)ご利用できます			
14	月				
15	火	魚のねぎみそ焼	刻み昆布煮	青菜のツナマヨ	英語・アクセサリー
16	水	鶏つくね	青なのお浸し	卵焼き	音楽療法
17	木	かき揚げ丼	キャベツとウインナーのカレー	ツナサラダ	ぱ～とな～の就労相談・体操・市ヶ尾出前サロン
18	金	チキンカツ	ひじき煮	スパサラ	英語・卓球・さつきが丘出前サロン・プラモの会
19	土	煮込みハンバーグ	もやしのごま酢	フルーツサラダ	ぼくらの情報館2(精神障がい)
20	日	10:30~18:30まで、フロア(フリースペース)ご利用できます			
21	月				
22	火	魚のみそマヨ	青なのお浸し	ジャーマンポテト	英語・カラオケ
23	水	焼き餃子	野菜炒め	切干大根サラダ	ブレーメン
24	木	はんぺんのはさみ揚げ	ぬた	きんぴらごぼう	さんぽ・体操
25	金	親子丼	里芋煮	グリーンサラダ	英語・卓球・美しが丘出前サロン・医療相談
26	土	卵と野菜の炒め物	揚げだし豆腐	かぼちゃサラダ	
27	日	10:30~18:30まで、フロア(フリースペース)ご利用できます			
28	月				
29	火	鯖の塩焼き	田楽	トマトサラダ	
30	水	スコッチエッグ	なすの揚げ浸し	ナポリタン	奈良出前サロン
31	木	精進揚げ	酢の物	みそきんぴら	

* 出前夕食の利用方法につきましては、ご遠慮なく、お問合せください。詳しくは、担当者がご説明に伺います。

* キャンセルにつきましては、ご連絡をいただけない場合、実費をいただきます。