


和泉ふれあいの家 2024年2月プログラム表

月	火	水	木	金	土
 <p>厳しい寒さは残るものの 暦の上では春を迎えました。</p> 			1	2	3
			節分 キックボトル ゲーム	鬼倒しのあて	節分絵合わせ
			スマイル プログラム	節分 開いてカード	節分 ココロビンゴ
5	6	7	8	9	10
足の輪ビンゴ	一攫千金	輪投げ	池ポチャ	カーリング	棒倒し
鶴亀スライダー	曲あてクイズ 書道（水谷先生）	歌の会	スマイル プログラム	取り放題ゲーム 絵手紙	ボーリング
12	13	14	15	16	17
ペタンク	キックボトル ゲーム	テーブル カーリング	足でカーリング	足で玉入れ	一攫千金
魚釣りゲーム	カーリング	物送りゲーム	スマイル プログラム	和泉つむつむ 書道（水谷先生）	手ぬぐい シュート
19	20	21	22 理美容	23 理美容	24 理美容
池ポチャ	足で玉入れ	ココロビンゴ	ペタンク	足の輪ビンゴ	歌の会
開いてカード	取り放題ゲーム 書道	ピンポン坊や	スマイル プログラム	ボールでトンネル	棒倒し 書道
26	27	28	29		
シューティング ゲーム	輪投げ	手ぬぐいシュート	鶴亀スライダー		
ボーリング	和泉つむつむ	ペットボトル ココロ	スマイル プログラム		

～理美容～日程～
2月22日（木）・23日（金）・24日（土）
パーマ・カット・カラーなど承っています。
ご希望の方はお申込み下さい。



和泉ふれあいの家
03-3321-4808

*スマイルプログラムは外部講師による運動プログラムとなっております。お楽しみに 

2024年2月

和泉デイサービス予定献立表

2月		1日 (木)	2日 (金)	3日 (土)	
		1日 (木) かねいの幽庵焼き 茶碗蒸し ほうれん草ののり和え 漬物 赤飯 味噌汁 コーヒー牛乳プリン I補給 -:494kcal タバコ:27.7g 食塩相:3.5g	2日 (金) 煮込みハンバーグ スッキーニとウインナーのソテー スパゲティサラダ フルーツ ごはん コンソメスープ あんぱん I補給 -:732kcal タバコ:19.8g 食塩相:4.7g	3日 (土) 【節分】  I補給 -:718kcal タバコ:26.3g 食塩相:4.4g	
5日 (月)	6日 (火)	7日 (水)	8日 (木)	9日 (金)	10日 (土)
さばの塩麹焼き 菜の花としめじの炒め物 きゅうりのもろみ味噌焼き 煮豆 ごはん 清まし汁 ようかん I補給 -:614kcal タバコ:23.1g 食塩相:3.1g	回鍋肉 焼きビーフン なすの揚げ浸し フルーツ ごはん 中華スープ パウムクーヘン I補給 -:652kcal タバコ:18.6g 食塩相:2.2g	めばるの蒲焼き えんどうのツナ炒め 花野菜の和風マヨ和え 漬物 ごはん 味噌汁 黒糖まんじゅう I補給 -:526kcal タバコ:22.7g 食塩相:2.9g	メンチカツ ピーマンのじゃこ炒め 胡瓜の塩昆布和え 煮豆 ごはん 味噌汁 ★バナナスペシャル I補給 -:632kcal タバコ:15.0g 食塩相:3.3g	きつねうどん じゃがいもの青のりバター 白菜のハム和え フルーツ 筍と鶏肉のコク旨炒め カステラ I補給 -:535kcal タバコ:18.1g 食塩相:3.6g	かねいの煮付け なすの味噌炒め おくらの梅肉がけ フルーツ ごはん 清まし汁 フルーツあんみつ I補給 -:544kcal タバコ:20.4g 食塩相:3.0g
12日 (月)	13日 (火)	14日 (水)	15日 (木)	16日 (金)	17日 (土)
スパゲティナポリタン ジャーマンポテト フレンチサラダ フルーツ コンソメスープ 黒糖ゼリー I補給 -:584kcal タバコ:16.1g 食塩相:3.5g	天ぷら れんこんの山椒炒め 卵豆腐 漬物 赤飯 味噌汁 ★いちごスペシャル I補給 -:630kcal タバコ:20.8g 食塩相:3.9g	【バレンタイン】  I補給 -:830kcal タバコ:18.6g 食塩相:4.7g	ぶりのごま風味焼き じゃがいもの煮ころがし 水菜ともやしの和え物 煮豆 ちらし寿司 清まし汁 ドーナツ I補給 -:683kcal タバコ:25.8g 食塩相:2.9g	肉野菜炒め なすの田舎煮 かぶの浅漬け フルーツ 茶飯 おでん ★ロールケーキ(コーヒー) I補給 -:656kcal タバコ:19.7g 食塩相:4.2g	麻婆丼 えび風味焼売 もやしの塩ナムル フルーツ 中華スープ 抹茶ようかん I補給 -:629kcal タバコ:23.5g 食塩相:2.9g
19日 (月)	20日 (火)	21日 (水)	22日 (木)	23日 (金)	24日 (土)
鶏の天ぷら 大豆とひじきの煮物 おくらの和風和え フルーツ ごはん 味噌汁 クリームパン I補給 -:734kcal タバコ:25.5g 食塩相:2.9g	豚肉のにんにく醤油焼き かぶの薄くず煮 胡瓜の即席漬け 煮豆 ごはん 味噌汁 きなこまんじゅう I補給 -:570kcal タバコ:21.9g 食塩相:3.3g	かねいの薬味醤油 茶碗蒸し フロココリーののり浸し 漬物 ごはん 味噌汁 ★ロールケーキ(バニラ) I補給 -:530kcal タバコ:26.2g 食塩相:3.3g	手作りコロッケ 切り昆布の煮物 ほうれん草のおかか和え 漬物 ごはん 味噌汁 パウムクーヘン(チョコ) I補給 -:607kcal タバコ:17.6g 食塩相:4.2g	親子丼 炒り豆腐 ポテトサラダ フルーツ 味噌汁 りんごムース I補給 -:594kcal タバコ:21.8g 食塩相:3.2g	和風スパゲティ スッキーニとささみのソテー グリーンサラダ フルーツ コンソメスープ エクレア I補給 -:563kcal タバコ:18.9g 食塩相:2.9g
26日 (月)	27日 (火)	28日 (水)	29日 (木)		
卵と海老のチリソースがけ なすの南蛮酢 トマトの中華和え フルーツ ごはん 中華スープ ★ロールケーキ(チョコ) I補給 -:710kcal タバコ:21.8g 食塩相:2.8g	けんちんそば チンゲン菜とちくわの炒め物 いんげんの酢味噌がけ フルーツ 精進揚げ パウンドケーキ(フルーツ) I補給 -:548kcal タバコ:17.2g 食塩相:3.1g	カレーライス スッキーニとウインナーのソテー コールスロー フルーツ コンソメスープ 牛乳プリン I補給 -:634kcal タバコ:19.4g 食塩相:4.0g	あじの柚子こしょう焼き ひじきの煮物 花野菜の和え物 漬物 ごはん 味噌汁 塩まんじゅう I補給 -:509kcal タバコ:21.3g 食塩相:3.5g		

2月14日はバレンタインメニュー

節分

2月3日は節分メニュー

* 食材の都合上、献立を変更させていただくことがありますので、ご了承ください。