

デイケア 9月 プログラム

月	火	水	木	金
1	2	3	4	5
音楽鑑賞	健康チェック	頭の体操	創作活動	書道・硬筆
軽スポーツ	卓球	ストレッチ運動	軽スポーツ	壁新聞作成
8	9	10	11	12
個別活動	頭の体操	音楽鑑賞	壁新聞作成	ストレッチ運動
軽スポーツ	ボッチャ	創作活動	軽スポーツ	卓上ゲーム
15	16	17	18	19
敬老の日	ストレッチ運動	1分間スピーチ	音楽鑑賞	手話
	レクリエーションゲーム	ボッチャ	軽スポーツ	卓球
22	23	24	25	26
創作活動	秋分の日	映画鑑賞	書道・硬筆	壁新聞作成
軽スポーツ		映画鑑賞	軽スポーツ	ボッチャ
29	30			
頭の体操	大掃除/ミーティング			
軽スポーツ	音楽鑑賞			

デイケア献立(9月)

2025/09/01(防災の日)	2025/09/02	2025/09/03	2025/09/04	2025/09/05
梅じゃこご飯(アルファ米) 鶏肉うま煮缶 揚げなすの味噌炒め 白ごまプリン 牛乳	ご飯 とん平焼き 大根と平天の煮物 小松菜と油揚げの和え物 アセロラゼリー 牛乳	クロワッサン オレンジチキン しろなとツナのソテー 大根の香味ドレサラダ 味噌汁 シークワサーゼリー 野菜生活(紫)	ご飯 白身魚の生姜煮 もやしと鶏肉の炒め物 さつま芋サラダ 味噌汁 牛乳	親子丼 高野豆腐のサイコロ煮 大根と竹輪のごまドレサラダ 味噌汁 くず餅風デザート 牛乳
2025/09/08	2025/09/09	2025/09/10	2025/09/11	2025/09/12
ご飯 蒸し鶏(ささみ) もやしとツナの炒め物 ポテトサラダ 味噌汁 牛乳	ゆかりご飯 シロガネダラの生姜煮 茄子の味噌炒め 白オと大根葉のお浸し 鶏枝豆茶碗蒸し やわらか抹茶水ようかん 牛乳	ご飯 ボークカレー もやしとちりめんの塩麹ドレサラダ 福神漬 手作りぶどうゼリー 牛乳	キャロットパン チーズメンチカツ ひじきと油揚げの煮物 大根とコーンの大葉ドレサラダ 味噌汁 南瓜プリン 牛乳	ご飯 白身魚の味噌煮 大根と鶏肉の炒め物 ブロッコリーのバジルドレサラダ すまし汁 牛乳
2025/09/15(敬老の日)	2025/09/16	2025/09/17	2025/09/18	2025/09/19
	くるみパン 鶏肉の豆鼓蒸し ふかしジャガ(コーン) ブロッコリーのスローサラダ 味噌汁 牛乳	えび炒飯 鶏の唐揚げ 白オのレモン風味 中華スープ 杏仁豆腐 牛乳	ご飯 豚大根 いかふくさ焼き スパゲティサラダ 味噌汁 牛乳	ビビンバ 大豆と椎茸の煮物 カリフラワーと平天の香味ドレサラダ 味噌汁 牛乳
2025/09/22	2025/09/23(秋分の日)	2025/09/24	2025/09/25	2025/09/26
ごまパン 白身魚の唐揚げ あみだいこん(岡山県郷土) 小松菜の大葉ドレ和え 味噌汁 ライチゼリー 牛乳		ご飯 豚肉と里芋の煮込み 奴豆腐 チンゲンサイの和え物 味噌汁 牛乳	ご飯 秋の実りカレー ブロッコリーとコーンのおからサラダ らっきょう漬 黄桃缶のピーチジュレ 牛乳	栗御飯 竹の若狭焼き 大根と豚肉の炒め物 うまい菜とえのきの和え物 味噌汁 まんまる月ゼリー 牛乳
2025/09/29	2025/09/30			
焼きおにぎり お好み焼き(豚) 茎わかめと絹揚げの炒め煮 ブロッコリーと竹輪の和え物 牛乳	ご飯 油淋鶏 切干大根の煮物 味噌汁 フルーツ(洋梨缶・黄桃缶) 牛乳			