



さんホーム目黒 1月の予定



三が日の食事



○1/1 (木)

赤飯・ブリの塩麴焼



おせち盛り合わせ・関東風雑煮
練り切り



○1/2 (金)

散らし寿司・おせち盛り合わせ
茶わん蒸し・抹茶ゼリー

○1/3 (土)

中華おこわ・蒸し物 (焼売・餃子)
キャベツのナムル・中華スープ
みかん缶

※1/7 (水) は七草粥です



さんホーム目黒の食事



○1/16 (金) 花想い寿司

静岡ちらし・大根とさつま揚げの煮物
赤だし (豆腐・青葱)・二層ゼリー

○1/22 (木) 健康御膳

五穀ご飯・鶏肉の梅醤油焼
海老とブロッコリーの塩麴炒め
春菊の辛し和え
豆乳スープ (人参・大根)

【1/23 (金) 選択食】

A: 鶏の治部煮

B: 鯖のみりん焼



歌う♪新年会

1月16日 (金)

14:00~15:30

今年の新年会は、「みんなで
合唱」のボランティアの方を
お迎えし、皆さんでお正月の
歌を歌いましょう！



今月の行事・イベント

1/9
(金)

お汁粉を食べる会



1/13
(火)

美容 (午前)

1/16
(金)

歌う♪新年会

1/21
(水)

美容 (午前・午後)

1/26
(月)

理容 (午前)