

月	火	水	木	金	土																																																
<p>1</p> <p>体重</p> <p>みんなでカラオケ 手作りクラブ</p> <p>ご飯 コンソメスープ(畑菜・ベーコン) 鶏肉のみそマヨ焼き カリフラワーサラダ フルーツ缶(キウイ) 517 Kcal</p> <p>☆おやつ☆ クレープ(バナナ)</p>	<p>2</p> <p>体重</p> <p>スリッパぼんゲーム</p> <p>ご飯 みそ汁(しろな・しめじ) さばの生姜煮 じゃが芋のそぼろ炒め フルーツ(オレンジ) 521 Kcal</p> <p>☆おやつ☆ ヨーグルト</p>	<p>3</p> <p>体重</p> <p>みんなでカラオケ 手作りクラブ</p> <p>冷やしぶっかけ肉うどん 豆腐チャンプル キャバツのさっぱり和え フルーツ缶(マンゴー) 623 Kcal</p> <p>☆おやつ☆ 黒糖まんじゅう</p>	<p>4</p> <p>体重</p> <p>ハーモニカ演奏会</p> <p>ご飯 みそ汁(畑菜・えのき) 白身魚の外付け焼き れんこんきんぴら フルーツ缶(パイナップル) 511 Kcal</p> <p>☆おやつ☆ ミニパンケーキ</p>	<p>5</p> <p>体重</p> <p>大きなオセロゲーム</p> <p>麦ご飯 中華スープ(長葱・椎茸) あじの南蛮漬け ビーフン炒め フルーツ缶(りんご) 489 Kcal</p> <p>☆おやつ☆ ココアの実</p>	<p>6</p> <p>体重</p> <p>みんなでカラオケ 手作りクラブ</p> <p>炭火焼風豚丼 赤だし(豆腐・ワカメ) 畑菜としめじのお浸し フルーツ(バナナ) 610 Kcal</p> <p>☆おやつ☆ りんごタルト</p>																																																
<p>8</p> <p>尺八演奏会</p> <p>ご飯 みそ汁(もやし・貝割) 牛皿 たまごとブロッコリーのサラダ フルーツ缶(パイナップル) 606 Kcal</p> <p>☆おやつ☆ あじさいゼリー</p>	<p>9</p> <p>お取り寄せスイーツの会 自由活動</p> <p>ご飯 コンソメスープ(白菜・人参) 鶏肉のハニーマスタード焼き 茄子のトマト煮 フルーツ(バナナ) 553 Kcal</p> <p>☆おやつ☆ かえでの実</p>	<p>10</p> <p>大正琴演奏会</p> <p>麦ご飯 みそ汁(玉葱・油揚げ) さわらの塩麹焼き 南瓜のごま和え フルーツ缶(りんご) 512 Kcal</p> <p>☆おやつ☆ どら焼(てるてる坊主)</p>	<p>11</p> <p>みんなでカラオケ 手作りクラブ</p> <p>夏野菜キーマカレー スープ コールスローサラダ 香の物(福神漬) ヨーグルトデザート 572 Kcal</p> <p>☆おやつ☆ ドームケーキ(チョコ)</p>	<p>12</p> <p>みんなでカラオケ 手作りクラブ</p> <p>ご飯 みそ汁(かぶ・かぶ葉) さばの南蛮焼き 里芋とちくわの煮物 フルーツ缶(ミックス) 560 Kcal</p> <p>☆おやつ☆ ヨーグルト</p>	<p>13</p> <p>お楽しみ映像鑑賞 自由絵手紙・自由活動</p> <p>ご飯 みそ汁(ほうれん草・しめじ) 鶏肉のバター醤油ソース スパゲッティサラダ フルーツ(オレンジ) 528 Kcal</p> <p>☆おやつ☆ 今川焼(小豆)</p>																																																
<p>15</p> <p>輪投げ大会 ハーブ演奏会</p> <p>ご飯 中華スープ(チゲン菜・しめじ) 回鍋肉 春雨サラダ フルーツ缶(マンゴー) 614 Kcal</p> <p>☆おやつ☆ ココアワッフル</p>	<p>16</p> <p>みんなでカラオケ 手作りクラブ</p> <p>ご飯 みそ汁(もやし・ねぎ) マトウガイの梅肉焼き いんげんとベーコンの炒め物 フルーツ(オレンジ) 437 Kcal</p> <p>☆おやつ☆ 上用まんじゅう</p>	<p>17</p> <p>紅白カラオケ大会</p> <p>ご飯 みそ汁(ほうれん草・えのき) 鶏肉のさっぱり煮 なすの炒め物 フルーツ缶(黄桃) 506 Kcal</p> <p>☆おやつ☆ ヨーグルト</p>	<p>18</p> <p>民謡演奏会</p> <p>ご飯 みそ汁(玉葱・ワカメ) さわらの漬け焼き きんぴらごぼう フルーツ缶(パイナップル) 445 Kcal</p> <p>☆おやつ☆ さくらんぼゼリー</p>	<p>19</p> <p>ハーモニカ同好会</p> <p>ガパオライス コンソメスープ(畑菜・長葱) カリフラワーのサラダ フルーツ缶(キウイ) 598 Kcal</p> <p>☆おやつ☆ どらやき(ずんだ)</p>	<p>20</p> <p>ポッチャゲーム 絵手紙クラブ</p> <p>ご飯 みそ汁(大根・しめじ) メバルの煮付け さつま揚げと根菜の炒め物 フルーツ(バナナ) 476 Kcal</p> <p>☆おやつ☆ ドームケーキ(カスタード)</p>																																																
<p>22</p> <p>大正琴クラブ</p> <p>麦ご飯 みそ汁(かぶ・油揚げ) 赤魚のバター醤油焼き ほうれん草のわさび和え フルーツ缶(りんご) 489 Kcal</p> <p>☆おやつ☆ ヨーグルト</p>	<p>23</p> <p>おもしろゲーム大会</p> <p>冷やしそば 天ぷら二種盛り 鶏肉と大根の炒め煮 フルーツ(バナナ) 471 Kcal</p> <p>☆おやつ☆ いちごむしパン</p>	<p>24</p> <p>ハエ叩きゲーム</p> <p>ご飯 中華スープ(春雨・ねぎ) 中華卵焼き しろなの中華和え フルーツ缶(ミックス) 508 Kcal</p> <p>☆おやつ☆ コーヒー牛乳プリン</p>	<p>25</p> <p>大掃除ゲーム</p> <p>ご飯 みそ汁(畑菜・えのき) 牛肉のしぐれ煮 卵の花 フルーツ(メロン) 588 Kcal</p> <p>☆おやつ☆ ハルシーおやつ あじさいゼリー</p>	<p>26</p> <p>尺八演奏会</p> <p>ご飯 みそ汁(冬瓜・かぶ葉) 揚げ鶏のレモンソースかけ ほうれん草とかかの和え物 フルーツ(オレンジ) 533 Kcal</p> <p>☆おやつ☆ 吹雪まんじゅう</p>	<p>27</p> <p>ドッグセラピー</p> <p>オムライス(デミソース) コンソメスープ(玉葱・人参) えびとキャバツのサラダ フルーツヨーグルト 529 Kcal</p> <p>☆おやつ☆ ワッフル</p>																																																
<p>29</p> <p>みんなでカラオケ 手作りクラブ</p> <p>枝豆ごはん みそ汁(白菜・うずまき麩) ほっけの塩焼き ひじきの煮物 フルーツ(バナナ) 451 Kcal</p> <p>☆おやつ☆ ロールケーキ2種</p>	<p>30</p> <p>シルバータートルズ</p> <p>ご飯 みそ汁(豆腐・かぶ葉) あじのさっぱり煮 南瓜のごま和え フルーチェ(いちご) 472 Kcal</p> <p>☆おやつ☆ どらやき(カスタード)</p>	<p>6月脳トレ「？」の漢字はな～んだクイズ</p> <table border="1"> <tr> <td>難易度 ★</td> <td>梅</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td>大</td> <td>?</td> <td>具</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td>天</td> <td></td> </tr> <tr> <td colspan="4">ヒント：6月によく降る</td> </tr> </table> <p>罫：ㄥ景</p> <table border="1"> <tr> <td>難易度 ★</td> <td>湿</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td>天</td> <td>?</td> <td>庄</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td>温</td> <td></td> </tr> <tr> <td colspan="4">ヒント：梅雨のお天気</td> </tr> </table> <p>罫：ㄥ景</p> <table border="1"> <tr> <td>難易度 ★★</td> <td>雨</td> <td></td> <td>傘寿</td> </tr> <tr> <td></td> <td>日</td> <td>?</td> <td>下</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td>寿</td> <td></td> </tr> <tr> <td colspan="4">ヒント：80歳の長寿のお祝い</td> </tr> </table> <p>罫：ㄥ景</p>				難易度 ★	梅				大	?	具			天		ヒント：6月によく降る				難易度 ★	湿				天	?	庄			温		ヒント：梅雨のお天気				難易度 ★★	雨		傘寿		日	?	下			寿		ヒント：80歳の長寿のお祝い			
難易度 ★	梅																																																				
	大	?	具																																																		
		天																																																			
ヒント：6月によく降る																																																					
難易度 ★	湿																																																				
	天	?	庄																																																		
		温																																																			
ヒント：梅雨のお天気																																																					
難易度 ★★	雨		傘寿																																																		
	日	?	下																																																		
		寿																																																			
ヒント：80歳の長寿のお祝い																																																					