

7月 通所だより



～7月献立予定表～

平成29年7月

季節は春から夏になり暑い日が続いていますが、いかがお過ごしでしょうか。

熱中症は、屋外だけでなく屋内でも起こるようです。

水分補給だけでなく、適度な塩分補給も重要だと言われています。

利用者さんの体調面などで変わった事がありましたら、いつでも職員へお知らせ下さい。

※ゆらりのウェブサイトを下記URLにて公開しました！

ホームページURL <http://yurari-sun.com/>

日々の利用者さんの活動風景など、ゆらりの情報を随時更新しております。

～7月の行事予定～

- 1日(土) 通所開所日
- 8日(土) 通所開所日/3B体操
- 15日(土) 通所開所日
- 17日(月) 海の日・通所開所日
- 22日(土) 通所開所日
- 29日(土) 通所開所日



～食中毒に気を付けましょう～

食中毒の多くは、急性の胃腸障害（嘔吐、腹痛、下痢などの症状）をおこします。

食べ過ぎや飲み過ぎで腹痛になったり、下痢になったりすることもあります。食中毒ではありません。

有害な微生物や化学物質を含む飲食物を食べた結果生じる健康障害のことを指します。

食中毒予防の3原則

1. 清潔 2. 迅速 3. 加熱または冷却



月	火	水	木	金	土	日
					1	2
					ご飯 ハンバーグ 野菜サラダ 玉子スープ 苺プリン	ご飯 魚ムニエル 豆苗サラダ 澄まし汁 プリン
3	4	5	6	7	8	9
ご飯 麻婆豆腐 クラゲ和物 トウモロコシスープ フルーツ クッキー	ご飯 ブリグリル (香味ソース) 高野豆腐煮 みそ汁ゼリー ミニもなか	親子丼 お浸し お吸い物 フルーツ せんべい	ご飯 魚の磯辺揚げ ジャーマンポテト 澄まし汁 乳酸菌飲料 ピーチサド	七夕行事食 いなり寿司 七夕ラーメン 海藻サラダ 杏仁豆腐 水ようかん	ご飯 コロケ 春雨和え物 みそ汁 ヨーグルト	ご飯 鮭シバター焼 洋風ひじき そうめん汁 ゼリー
10	11	12	13	14	15	16
ご飯 鶏カレー焼 キュリ梅和え みそ汁 フルーツ クッキー	ご飯 酢豚 お浸し 中華スープ マンゴプリン せんべい	ご飯みそ汁 セレクトメニュー エビフライ ハンバーグ 和え物フルーツ ホームパイ	サラダうどん ミートボール 玉子スープ フルーツ ミニたい焼	ご飯 ササミ甘辛煮 和風酢の物 澄まし汁 フルーツ 冷しぜんざい	ご飯 鯖の竜田揚げ ゴボウサラダ みそ汁 ピーチムース	ご飯 魚カレー焼 五目ビーフン みそ汁 フルーツ ゆらり喫茶
17	18	19	20	21	22	23
タコライス ツナ和え物 豆腐スープ フルーツ クッキー	ご飯 鶏の香草焼 南瓜サラダ みそ汁 黒ゴマプリン せんべい	♪♪♪♪♪ バイキング ♪♪♪♪♪ クッキー	ご飯 魚の照り焼 金時豆 春雨和え物 みそ汁 ホームパイ	ご飯 豚肉味噌焼 冷や奴 みそ汁 フルーツ アイスの日	ご飯 鮭マヨネーズ焼 おくらサラダ みそ汁 フルーツ	ご飯 鶏の唐揚げ わかめ酢物 澄まし汁 フルーツ
24	25	26	27	28	29	30
ご飯 豚肉生姜焼 白和え みそ汁 ゼリー パンケーキ	土用丑の日 うな井 和え物 お吸い物 杏仁豆腐 クッキー	冷やし中華 春巻き 豆腐スープ フルーツ ミニたい焼	ご飯 魚タタキ焼 洋風ひじき 澄まし汁 苺ムース せんべい	麦ご飯 シーフードカレー 海藻サラダ フルーツヨーグルト ミニもなか	ご飯 鶏の照り焼 ゴボウサラダ みそ汁 ヨーグルト	ご飯 鯖の竜田揚げ 春雨酢の物 澄まし汁 フルーツ
31						
ロールパン 和風パスタ シーザーサラダ 玉子スープ フルーツ クッキー						