

就労移行支援事業だより

日	月	火	水	木	金	土
1/17	1/18	1/19	1/20	1/21	1/22	1/23
休み	軽作業	清掃 若葉区役所 販売	軽作業	軽作業	清掃 軽作業	調理
	朝礼	軽作業	訓練 (マナー・ 電話対応・コミ ニケーション)	求職活動 事務 軽作業	訓練 (社会プログラム)	
	軽作業	訓練 (事務・軽 作業・清掃)				
1/24	1/25	1/26	1/27	1/28	1/29	1/30
休み	軽作業	清掃	軽作業	軽作業	清掃 軽作業	休苑日
	朝礼	軽作業	訓練 (マナー・ 電話対応・コミ ニケーション)	清掃 事務 軽作業	訓練 (社会プログラム)	
	軽作業	訓練 (事務・軽 作業・清掃)				

どこまで知りたい?!何でもコラム☆

晴山苑で作った切干し大根を美味しく料理しましょう!!!

材料 (作りやすい量)

切り干し大根 1袋50g
[にんじん\(小\)](#) 1本
 しめじ又はしいたけ 1/2パック
 油揚げ 1枚 ごま油 適量

■ 煮汁の分量

砂糖 大3 みりん 大2
 酒 大1 しょうゆ 大3
 水 300cc

50g入りで「150円」
 絶賛発売中です!!
 作り置きは二つ買って
 調味料はそのまま、
 少々薄味のほうが良い
 かも!!

1

切り干し大根は水で戻してよくしぼり、食べやすい長さに切っておく。
 人参・油は[細切り](#)に、しめじは小房にわけておく。

2

フライパンにごま油を熱し、人参・油揚げ・しめじを入れ軽く炒める。
 そこへ切り干し大根も入れ、軽く炒める。

3

煮汁の材料を入れ、沸騰したら蓋をして弱めの[中火](#)で10分程、時々混ぜながら煮汁がなくなるまで煮る。



1月の目標 手洗い・うがいをしましょう

献立表

月	火	水	木	金	土
1/18	1/19	1/20	1/21	1/22	1/23
ビーフカレー 蓮根サラダ 福神漬け& らっきょう コンソメスープ	きつねそば 春巻き フルーツ缶	白身魚のフライ 細切り昆布煮 漬物 味噌汁	麻婆豆腐丼 水菜のポン酢和え 漬物 中華スープ	ご飯 鶏のから揚げ 厚焼き玉子 漬物	調理
1/25	1/26	1/27	1/28	1/29	1/30
カジキのおろし煮 小松菜の炒め物 生姜醤油和え 清まし汁	アキアケ トマトソースか け 厚揚げの味噌炒め ほうれん草の磯和え 清まし汁	鯖の味噌煮 レンコン金平 菜種和え 味噌汁	ちゃんぽん麺 揚げしゅうまい プリン	ポークカレー 和風サラダ 福神漬けらっきょう コンソメスープ	休苑日