

# なごみの里 11月行事予定

なごみの里「金子」☆TEL 64-9753

※行事予定は変更する場合があります。その際はご了承ください。

日	月	火	水	木	金	土	
				1	2	3	
				芋ほい (青野さん畑) 		誕生日会 (加藤 薫枝さん) 	
4	5	6	7	8	9	10	
		おやつ作り (スイートポテト) 	おやつ作り (スイートポテト) 		ゆうきの会 (伊藤さん) 		
11	12	13	14	15	16	17	
			習字教室 (明比先生) 	ギター (守屋さん & kazuさん) 	フラダンス (鈴木さん) 		
18	19	20	21	22	23	24	
	ハニーレモン (渡辺さん) 	紅葉見学 	俳句教室 (毛利さん) 	絵手紙 (大西さん) 	習字教室 (明比先生) 	紅葉見学 	
25	26	27	28	29	30		
	音楽の友 (星加さん) 	紅葉見学 					

加藤 薫枝 様



今月のお誕生日

大正10年11月1日(97歳)

お誕生日おめでとうございます





# 11月の献立表



(日)	(月)	(火)	(水)	1(木)	2(金)	3(土)
				<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・鶏の照り焼き</li> <li>・大根サラダ</li> <li>・ひじきとじゃが芋の煮物</li> <li>・味噌汁</li> <li>・漬物・フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・魚のホイル焼き</li> <li>・かぼちゃの煮物</li> <li>・きゅうりの酢の物</li> <li>・味噌汁</li> <li>・漬物・フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・お寿司</li> <li>・肉じゃが</li> <li>・マカロニサラダ</li> <li>・味噌汁</li> <li>・漬物</li> <li>・フルーツ</li> </ul>
4(日)	5(月)	6(火)	7(水)	8(木)	9(金)	10(土)
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・魚の南蛮漬け</li> <li>・茄子の揚げびたし</li> <li>・ポテトサラダ</li> <li>・味噌汁</li> <li>・漬物・フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・鶏そぼろ丼</li> <li>・里芋の煮つ転がし</li> <li>・なめこのおろし和え</li> <li>・味噌汁</li> <li>・漬物</li> <li>・フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・酢豚</li> <li>・煮豆</li> <li>・中華風酢の物</li> <li>・味噌汁</li> <li>・漬物・フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ゆかりご飯</li> <li>・てんぷら</li> <li>・うどん</li> <li>・きゅうりの酢の物</li> <li>・漬物</li> <li>・フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・豚の生姜焼き</li> <li>・サラダ</li> <li>・ほうれん草の胡麻和え</li> <li>・味噌汁</li> <li>・漬物・フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・白身魚甘酢あんかけ</li> <li>・白和え</li> <li>・さつま芋の甘煮</li> <li>・味噌汁</li> <li>・フルーツ</li> </ul>
11(日)	12(月)	13(火)	14(水)	15(木)	16(金)	17(土)
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・鮭のチャンチャン焼き</li> <li>・山芋の梅和え</li> <li>・ブロッコリーのおかか和え</li> <li>・味噌汁</li> <li>・漬物・フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・牛肉とごぼうの炒め物</li> <li>・高野豆腐の煮物</li> <li>・いんげんの胡麻和え</li> <li>・味噌汁</li> <li>・漬物・フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・野菜のかき揚げ</li> <li>・きゅうりの昆布和え</li> <li>・えのきとベーコンの炒め物</li> <li>・漬物</li> <li>・フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・和風ハンバーグ</li> <li>・グリーンサラダ</li> <li>・ほうれん草のお浸し</li> <li>・味噌汁</li> <li>・漬物・フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・カレーライス</li> <li>・鶏のから揚げ</li> <li>・グリーンサラダ</li> <li>・福神漬</li> <li>・フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・ササミソテー</li> <li>・ひじきの煮物</li> <li>・かぼちゃサラダ</li> <li>・味噌汁</li> <li>・漬物・フルーツ</li> </ul>
18(日)	19(月)	20(火)	21(水)	22(木)	23(金)	24(土)
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・チキン南蛮</li> <li>・お煮しめ</li> <li>・きゅうりの酢の物</li> <li>・味噌汁</li> <li>・漬物・フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・魚フライ</li> <li>・大根と厚揚げの煮物</li> <li>・シーザーサラダ</li> <li>・味噌汁</li> <li>・漬物・フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・オムレツ</li> <li>・トマトサラダ</li> <li>・茄子の煮物</li> <li>・味噌汁</li> <li>・漬物・フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・ムニエル</li> <li>・刻み昆布の煮物</li> <li>・トマトサラダ</li> <li>・味噌汁</li> <li>・漬物・フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・スペインオムレツ</li> <li>・かぼちゃサラダ</li> <li>・ほうれん草の卵とじ</li> <li>・味噌汁</li> <li>・漬物・フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・炊き込みご飯</li> <li>・肉豆腐</li> <li>・きゅうりのもずく和え</li> <li>・うどん</li> <li>・漬物</li> <li>・フルーツ</li> </ul>
25(日)	26(月)	27(火)	28(水)	29(木)	30(金)	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・豚バラの蒸し焼き</li> <li>・スパゲティサラダ</li> <li>・里芋の煮物</li> <li>・味噌汁</li> <li>・漬物・フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・豆腐ハンバーグ</li> <li>・サラダ</li> <li>・刻み昆布の煮物</li> <li>・味噌汁</li> <li>・漬物・フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・煮魚</li> <li>・ほうれん草のお浸し</li> <li>・煮豆</li> <li>・味噌汁</li> <li>・漬物・フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・すき焼き風煮物</li> <li>・切り干し大根の煮物</li> <li>・キノコソテー</li> <li>・味噌汁</li> <li>・漬物・フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・小エビと野菜のかき揚げ</li> <li>・高野豆腐の煮物</li> <li>・キャベツの甘酢漬け</li> <li>・味噌汁</li> <li>・漬物・フルーツ</li> </ul>	

※材料などの都合により献立の一部を変更する事がありますのでご了承願います。

     : は誕生日会です。

## (新人紹介)

**西森 真紀・・・10月3日より「金子」に勤務になりました。**

**高知県から来られ心身共々頼りがいがある女性です。**

**よろしくお願ひします。**

