

# なごみの里 9月行事予定

なごみの里「金栄」☆TEL 31-1753

※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	4	5	6	7	8	9
	作品作り 	→	お手玉 (お手玉の会) 	作品作り 	→	→ カレンダー作り 
10	11	12	13	14	15	16
	お誕生会 (大西さん)  カレンダー作り		作品作り 	ハーフ演奏会 (長谷川さん) 	フラダンス (鈴木さん) 	
17	18	19	20	21	22	23
	敬老会 	おやつ作り (牡丹餅) 	俳句教室 (毛利さん) 	おやつ作り (牡丹餅) 	音楽の友 (星加さん) 	おやつ作り (牡丹餅) 
24	25	26	27	28	29	30
	おやつ作り (牡丹餅) 	歌 (田中さん) 	習字教室 (明比先生) 		おやつ作り (牡丹餅) 	

## 今月のお誕生日

大西スゞ子さん 大正11年9月26日(95歳)

おめでとうございます！！





# 9月の献立表



(日)					1(金)	2(土)
					<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・じゃこカツ</li> <li>・シーザーサラダ</li> <li>・高野豆腐の煮物</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>・豚とキャベツの味噌炒め</li> <li>・グリーンサラダ</li> <li>・ひじきの煮物</li> <li>・味噌汁</li> <li>・漬物・フルーツ</li> </ul>
3(日)	4(月)	5(火)	6(水)	7(木)	8(金)	9(土)
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・煮魚</li> <li>・マカロニサラダ</li> <li>・じゃことピーマンの炒め物</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>・夏野菜のてんぷら</li> <li>・きゅうりの酢の物</li> <li>・卵豆腐</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>・野菜の肉巻き</li> <li>・刻み昆布の煮物</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>・カレーライス</li> <li>・スペインオムレツ</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>・厚揚げステーキ</li> <li>・切り干し大根の煮物</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>・ご飯</li> <li>・鮭のチャンチャン焼き</li> <li>・ブロッコリーのおかか和え</li> <li>・茄子の煮物</li> <li>・味噌汁</li> <li>・漬物・フルーツ</li> </ul>	
10(日)	11(月)	12(火)	13(水)	14(火)	15(木)	16(土)
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ちらし寿司</li> <li>・鶏のトマトソース煮</li> <li>・キノコソテー</li> <li>・高野豆腐の煮物</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>・ほうれん草の胡麻和え</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>・和風ハンバーグ</li> <li>・かぼちゃの煮物</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>・ムニエル</li> <li>・納豆のおろし和え</li> <li>・スパゲティサラダ</li> <li>・味噌汁</li> <li>・漬物・フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・わかめごはん</li> <li>・はんぺん卵焼き</li> <li>・ひじきの煮物</li> <li>・アスパラの炒め物</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>・和風ロールキャベツ</li> <li>・卵豆腐</li> <li>・厚焼き玉子</li> <li>・味噌汁</li> <li>・漬物・フルーツ</li> </ul>	
17(日)	18(月)	19(火)	20(水)	21(火)	22(木)	23(土)
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ちらし寿司</li> <li>・鶏の南蛮漬け</li> <li>・卵豆腐</li> <li>・グリーンサラダ</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>・焼き魚</li> <li>・茄子の煮物</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>・ご飯</li> <li>・太刀魚のてんぷら</li> <li>・刻み昆布の煮物</li> <li>・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>・豚バラの蒸し焼き</li> <li>・おろしなめこ</li> <li>・厚焼き玉子</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>・切り干し大根の煮物</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>・ゆかりご飯</li> <li>・小エビのかき揚げ</li> <li>・きゅうりの梅和え</li> <li>・いも炊き</li> <li>・漬物</li> <li>・フルーツ</li> </ul>	
24(日)	25(月)	26(火)	27(水)	28(木)	29(金)	30(土)
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・焼き魚</li> <li>・白和え</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>・厚揚げステーキ</li> <li>・お煮しめ</li> <li>・卵豆腐</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>・焼肉</li> <li>・空芯菜の炒め物</li> <li>・煮豆</li> <li>・漬物</li> <li>・フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・野菜の肉巻</li> <li>・煮豆</li> <li>・青菜のお浸し</li> <li>・味噌汁</li> <li>・漬物・フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・はんぺんのはさみ焼</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>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・ささみソテー</li> <li>・シーザーサラダ</li> <li>・高野豆腐</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。