

# なごみの里 7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
						総合科学博物館 プラネタリウム 
2	3	4	5	6	7	8
	総合科学博物館 プラネタリウム 	総合科学博物館 プラネタリウム  南中職場体験	総合科学博物館 プラネタリウム 	総合科学博物館 プラネタリウム 	七夕まつり 総合科学博物館 プラネタリウム	総合科学博物館 プラネタリウム お誕生会 
9	10	11	12	13	14	15
	総合科学博物館 プラネタリウム 	総合科学博物館 プラネタリウム 	総合科学博物館 プラネタリウム 	音楽の友 (星加さん) 	総合科学博物館 プラネタリウム 	
16	17	18	19	20	21	22
			俳句 (毛利さん) 	絵手紙 (大西さん) 	避難訓練 	
23	24	25	26	27	28	29
		ギター (守屋さん) 	習字 (明比さん) 			
30	31	<b>今月のお誕生日</b> <b>石井重信さん 昭和13年7月10日(79歳)</b> <b>おめでとうございます!!</b> 				



# 7月の献立表



(日)	(月)	(火)	(水)	(木)	(金)	1(土)
						<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・煮魚</li> <li>・きゅうりの酢の物</li> <li>・高野豆腐の卵とじ</li> <li>・味噌汁</li> <li>・漬物・フルーツ</li> </ul>
2(日)	3(月)	4(火)	5(水)	6(木)	7(金)	8(土)
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・オムレツ</li> <li>・キノコソテー</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>・わかめごはん</li> <li>・野菜の肉巻き</li> <li>・茄子の煮物</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>・豚バラの蒸し焼き</li> <li>・じゃが芋の甘辛煮</li> <li>・切り干し大根</li> <li>・ソーメン汁</li> <li>・漬物・フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・魚の南蛮漬け</li> <li>・きゅうりの昆布和え</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>・おにぎり</li> <li>・かき揚げ</li> <li>・七夕ソーメン</li> <li>・煮豆</li> <li>・漬物</li> <li>・フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ちらし寿司</li> <li>・和風ハンバーグ</li> <li>・じゃこのピーマンの炒め物</li> <li>・トマトサラダ</li> <li>・味噌汁</li> <li>・漬物・フルーツ</li> </ul>
9(日)	10(月)	11(火)	12(水)	13(木)	14(金)	15(土)
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・焼き魚</li> <li>・白和え</li> <li>・ひじきの煮物</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>・厚揚げステーキ</li> <li>・肉じゃが</li> <li>・かぼちゃの煮物</li> <li>・味噌汁</li> <li>・漬物・フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・カレーライス</li> <li>・ササミソテー</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>・チキン南蛮</li> <li>・大根の煮物</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>・魚のムニエル</li> <li>・夏野菜のサラダ</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>・鮭のチャンチャン焼き</li> <li>・小松菜のお浸し</li> <li>・もずく酢</li> <li>・味噌汁</li> <li>・漬物・フルーツ</li> </ul>
16(日)	17(月)	18(火)	19(水)	20(木)	21(金)	22(土)
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・豚の生姜焼き</li> <li>・青梗菜の中華炒め</li> <li>・シーチキンサラダ</li> <li>・ソーメン汁</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>・キノコのボン酢和え</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>・煮魚</li> <li>・野菜の炊き合わせ</li> <li>・切り干し大根</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>・ささみフライ</li> <li>・サラダ</li> <li>・味噌煮</li> <li>・漬物</li> <li>・フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・豚の冷しゃぶ</li> <li>・ひじきの煮物</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>・鶏のママレード焼き</li> <li>・ブロッコリーのおかか和え</li> <li>・卵豆腐</li> <li>・味噌汁</li> <li>・漬物・フルーツ</li> </ul>
23(日)	24(月)	25(火)	26(水)	27(木)	28(金)	29(土)
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・すき焼き風煮物</li> <li>・きゅうりの酢の物</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>・鶏のから揚げ</li> <li>・夏野菜サラダ</li> <li>・チシャもみ</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>・ブロッコリーのおかか和え</li> <li>・マカロニサラダ</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>・切り干し大根の煮物</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>・ゆかりご飯</li> <li>・豚肉の梅シソ巻</li> <li>・青菜の煮びたし</li> <li>・卵豆腐</li> <li>・ソーメン汁</li> <li>・漬物・フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・肉豆腐</li> <li>・ブロッコリーのおかか和え</li> <li>・高野豆腐の煮物</li> <li>・味噌汁</li> <li>・漬物・フルーツ</li> </ul>
30(日)	31(月)					
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・鮭の塩焼き</li> <li>・春雨サラダ</li> <li>・ひじきの煮物</li> <li>・味噌汁</li> <li>・漬物・フルーツ</li> </ul>					

: 誕生会