



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	10
11	12	13	14	15	16	17
			誕生会 			
18	19	20	21	22	23	24
	敬老の日 		避難訓練 		秋分の日 	誕生会 
25	26	27	28	29	30	

今月のお誕生日

松木 鶴恵様 T. 11年9月25日生

星加 斐呂子様 S. 10年9月 9日生

おめでとうございます！！



こころちゃん



なごみ通信 9月号



今月の献立表

(日)	(月)	(火)	(水)	1(木)	2(金)	3(土)
				<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・魚のフライ ・トマトサラダ ・キュウリの酢もの ・ぶっかけソーメン ・漬物・フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・肉豆腐 ・ホウレン草の胡麻和え ・焼き茄子 ・味噌汁 ・漬物・フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・豚肉と野菜の蒸し焼き ・きゅうりサラダ ・煮豆 ・味噌汁 ・漬物・フルーツ
4(日)	5(月)	6(火)	7(水)	8(木)	9(金)	10(土)
	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・肉じゃが ・ホウレン草のおひたし ・卵豆腐 ・味噌汁 ・漬物・フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・スペインオムレツ ・シーチキンサラダ ・筑前煮 ・味噌汁 ・漬物・フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・鶏のから揚げ ・グリーンサラダ ・切り干し大根の煮物 ・味噌汁 ・漬物・フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・豚の冷しゃぶ ・高野豆腐の煮物 ・おひたし ・味噌汁 ・漬物・フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ・カレーライス ・ササミソテー ・サラダ ・福神漬け ・フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・焼き魚 ・きゅうりの酢のもの ・味噌汁 ・漬物 ・フルーツ
11(日)	12(月)	13(火)	14(水)	15(木)	16(金)	17(土)
	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・棒棒鶏 ・グリーンサラダ ・かぼちゃの煮物 ・味噌汁 ・漬物・フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ・炊き込みご飯 ・鶏の照り焼き ・スパゲティサラダ ・味噌汁 ・漬物 ・フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ちらし寿司 ・酢豚 ・ほうれん草の胡麻和え ・味噌汁 ・漬物 ・フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・鮭のちゃんちゃん焼き ・里芋の煮物 ・キュウリの酢もの ・味噌汁 ・漬物・フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・和風ハンバーグ ・茄子のピリ辛煮 ・キャベツとコーンのサラダ ・味噌汁 ・漬物・フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・鶏の胡麻味噌掛け ・チンゲン菜の炒め物 ・マカロニサラダ ・味噌汁 ・漬物・フルーツ
18(日)	19(月)	20(火)	21(水)	22(木)	23(金)	24(土)
	<ul style="list-style-type: none"> ・お赤飯 ・焼き魚 ・お煮しめ ・きゅうりの酢のもの ・味噌汁 ・漬物・フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・牛肉とごぼうの煮物 ・春雨サラダ ・アスパラとベーコンの炒め物 ・味噌汁 ・漬物・フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・魚の照り焼き ・ひじきの煮物 ・ポテトサラダ ・味噌汁 ・漬物・フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・八宝菜 ・きゅうりの中華和え ・かぼちゃの煮物 ・味噌汁 ・漬物・フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・ムニエル ・キノコソテー ・コールスローサラダ ・味噌汁 ・漬物・フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ちらし寿司 ・ササミのソテー ・トマトサラダ ・味噌汁 ・漬物 ・フルーツ
25(日)	26(月)	27(火)	28(水)	29(木)	30(金)	
	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・豚の生姜焼き ・グリーンサラダ ・高野豆腐の煮物 ・味噌汁 ・漬物・フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・芋炊き ・ほうれん草の胡麻和え ・漬物 ・フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・芋炊き ・きゅうりの酢もの ・漬物 ・フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・鶏の照り焼き ・サラダ ・さつま芋の甘煮 ・味噌汁 ・漬物・フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・チンジャオロース ・かに玉 ・中華風酢のもの ・味噌汁 ・漬物・フルーツ 	

※材料などの都合により献立の一部を変更することがありますのでご了承願います。

 : 誕生会

