

# なごみの里 1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	4	5	6	7
正月休み			初詣			
8	9	10	11	12	13	14
	初詣	誕生日会	初詣	初詣	誕生日会	初詣
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
			誕生日会		誕生日会	
29	30	31				

今月のお誕生日 ~おめでとうございます~

- 一原 ヒサコ 様 大正13年1月10日
- 真鍋 裕 様 昭和9年1月13日
- 伊藤 貴千恵 様 昭和4年1月26日
- 田村 玉子 様 昭和2年1月26日
- 川口 ノブ子 様 昭和7年1月28日





# 1月の献立表



1(日)	2(月)	3(火)	4(水)	5(木)	6(金)	7(土)
			<ul style="list-style-type: none"> <li>赤飯</li> <li>お節料理</li> <li>雑煮</li> <li>漬物</li> <li>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>切り干し大根の煮物</li> <li>ホウレン草のソテー</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>肉豆腐</li> <li>卵焼き</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>七草粥</li> <li>筑前煮</li> <li>ホウレン草の胡麻和え</li> <li>もずくキュウリ</li> <li>味噌汁</li> <li>漬物・フルーツ</li> </ul>
			8(日)	9(月)	10(火)	11(水)
<ul style="list-style-type: none"> <li>ご飯</li> <li>豚肉の生姜焼き</li> <li>里芋の煮っころがし</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>赤飯</li> <li>蒸し鶏の胡麻和え</li> <li>ジャガイモのそぼろ煮</li> <li>レタスとコーンのサラダ</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>ミルフィーユカツ</li> <li>サラダ</li> <li>ホウレン草の胡麻和え</li> <li>漬物</li> <li>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>煮豆</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>ちらし寿司</li> <li>牛肉とごぼうの煮物</li> <li>マカロニサラダ</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>	<ul style="list-style-type: none"> <li>炊き込みご飯</li> <li>焼き魚</li> <li>白和え</li> <li>味噌汁</li> <li>漬物</li> <li>フルーツ</li> </ul>	
15(日)	16(月)	17(火)	18(水)	19(木)	20(金)	21(土)
<ul style="list-style-type: none"> <li>わかめご飯</li> <li>肉じゃが</li> <li>ホウレン草の胡麻和え</li> <li>湯豆腐</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>酢豚</li> <li>春雨サラダ</li> <li>ブロッコリーのシーチキン和え</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>チキン南蛮</li> <li>大豆とひじきの煮物</li> <li>コールスローサラダ</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>煮魚</li> <li>青梗菜の炒め物</li> <li>卵サラダ</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>ハンバーグ</li> <li>ホウレン草のソテー</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>ぶり大根</li> <li>マカロニサラダ</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>	
22(日)	23(月)	24(火)	25(水)	26(木)	27(金)	28(土)
<ul style="list-style-type: none"> <li>ご飯</li> <li>魚の南蛮漬け</li> <li>厚揚げと白菜の煮物</li> <li>シーチキンサラダ</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>鶏の香草焼き</li> <li>かぼちゃの煮物</li> <li>大根サラダ</li> <li>味噌汁</li> <li>漬物・フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ちらし寿司</li> <li>ムニエル</li> <li>トマトサラダ</li> <li>福神漬け</li> <li>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>厚揚げと大根の煮物</li> <li>もずくキュウリ</li> <li>味噌汁</li> <li>漬物・フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ちらし寿司</li> <li>鶏のから揚げ</li> <li>高野豆腐の煮物</li> <li>キャベツとコーンのサラダ</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>すき焼き風煮物</li> <li>かぼちゃサラダ</li> <li>ホウレン草の胡麻和え</li> <li>味噌汁</li> <li>漬物・フルーツ</li> </ul>	
29(日)	30(月)	31(火)	(水)	(木)	(金)	(土)
<ul style="list-style-type: none"> <li>ご飯</li> <li>鮭のソテー</li> <li>小松菜の煮びたし</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>ご飯</li> <li>煮込みハンバーグ</li> <li>ジャーマンポテト</li> <li>コールスローサラダ</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。

明けまして おめでとうございます。  
 本年も宜しくお願い致します。

なごみの里「金子」

