








なごみの里7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	8
		総合科学博物館 見学			七夕祭り 	
9	10	11	12	13	14	15
	紙風船ふわり 	大正琴 琴術会 	誕生日会 	クローバー 		
16	17	18	19	20	21	22
				誕生日会 	ギター演奏会 (守屋さん& Kazuさん) 	
23	24	25	26	27	28	29
		ハニーレモン 				
30	31					



今月のお誕生日

おめでとうございます！

石井 重信様

昭和13年7月10日(85歳)

伊東 八重子様

昭和10年7月20日(88歳)





7月の献立表

						1(土)
						<ul style="list-style-type: none"> ・カレーライス ・鶏むね肉のフライ ・サラダ ・福神漬け ・フルーツ
2(日)	3(月)	4(火)	5(水)	6(木)	7(金)	8(土)
<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・鮭の南蛮漬け ・高野豆腐の煮物 ・キャベツのサラダ ・味噌汁 ・漬物・フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・すき焼き風煮物 ・かぼちゃサラダ ・きゅうりの酢の物 ・味噌汁 ・漬物・フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・豚の冷しゃぶ ・ジャーマンポテト ・トマトサラダ ・味噌汁 ・漬物・フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・魚のソテー ・春雨サラダ ・青菜の胡麻和え ・味噌汁 ・漬物・フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・鶏の照り焼き ・ポテトサラダ ・もずくきゅうり ・味噌汁 ・漬物・フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・魚のフライ ・炒り豆腐 ・青菜の胡麻和え ・味噌汁 ・漬物・フルーツ 	
9(日)	10(月)	11(火)	12(水)	13(木)	14(金)	15(土)
<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・茄子の煮物 ・もずくキュウリ ・味噌汁 ・漬物・フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・魚ソテー ・青梗菜の炒め物 ・かぼちゃサラダ ・味噌汁 ・漬物・フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・厚揚げステーキ ・肉じゃが ・サラダ ・味噌汁 ・漬物・フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ・カレーライス ・魚のフライ ・サラダ ・福神漬け ・フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・ハンバーグ ・切り干し大根の煮物 ・サラダ ・味噌汁 ・漬物・フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・えびと野菜のかき揚げ ・高野豆腐の煮物 ・煮豆 ・味噌汁 ・漬物・フルーツ 	
16(日)	17(月)	18(火)	19(水)	20(木)	21(金)	22(土)
<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・魚のフライ ・春雨サラダ ・青梗菜炒め ・味噌汁 ・漬物・フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・チキンカツ ・炒り豆腐 ・きゅうりとカニカマのサラダ ・味噌汁 ・漬物・フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・豚の生姜焼き ・切り干し大根の煮物 ・サラダ ・味噌汁 ・フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・鮭南蛮漬け ・ポテトサラダ ・卵豆腐 ・味噌汁 ・漬物・フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・焼き魚 ・スパゲティサラダ ・茄子の煮物 ・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 ・大根の煮物 ・かぼちゃサラダ ・味噌汁 ・漬物・フルーツ 	
23(日)	24(月)	25(火)	26(水)	27(木)	28(金)	29(土)
<ul style="list-style-type: none"> ・カレーライス ・魚ソテー ・レタスサラダ ・福神漬け ・フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・厚揚げステーキ ・ポテトサラダ ・卵豆腐 ・味噌汁 ・漬物・フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・チキンフライ ・茄子の煮物 ・アスパラガスサラダ ・味噌汁 ・漬物・フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・豚肉の焼き肉風 ・切り干し大根の煮物 ・サラダ ・味噌汁 ・漬物・フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・野菜のかき揚げ ・卵豆腐 ・ひじきと大豆の煮物 ・味噌汁 ・漬物・フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・魚のソテー ・肉じゃが ・青菜のおひたし ・味噌汁 ・漬物・フルーツ 	
30(日)	31(月)					
<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・豚の冷しゃぶ ・白和え ・切り干し大根の煮物 ・味噌汁 ・漬物・フルーツ 						

