

なごみの里3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 |
| | | | | | ギター演奏  | |
| 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| | スリーフォールズ  | | | 誕生日会  | フラダンス  | |
| 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| | 避難訓練  | | | 誕生日会  | | |
| 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 |
| | | | | ギター演奏 (GMT)  | | |
| 30 | 31 | | | | | |

祝 今月のお誕生日

～おめでとうございます～

十亀 隆 様 昭和17年3月14日83歳

HAPPY BIRTHDAY!





3月の献立表



| 2(日) | 3(月) | 4(火) | 5(水) | 6(木) | 7(金) | 8(土) |
|-------|---|---|--|--|---|---|
| | | | | | | 1(土) ・ご飯 ・豆腐ハンバーグ ・トマトサラダ ・小松菜の煮浸し ・味噌汁 ・フルーツ |
| | ・ひな祭り寿司 ・鶏の香草焼き ・グリーンサラダ ・かきたま汁 ・フルーツ | ・ご飯 ・鮭のムニエル ・スパゲッティサラダ ・キノコソテー ・味噌汁 ・フルーツ | ・ご飯 ・筑前煮 ・きゅうりの酢の物 ・煮豆 ・味噌汁 ・フルーツ | ・ご飯 ・肉豆腐 ・切り干し大根の煮物 ・里芋の煮物 ・味噌汁 ・フルーツ | ・ご飯 ・焼き魚 ・ポテトサラダ ・卵焼き ・味噌汁 ・フルーツ | ・カレーライス ・スペインオムレツ ・シーチキンサラダ ・福神漬け ・フルーツ |
| 9(日) | 10(月) | 11(火) | 12(水) | 13(木) | 14(金) | 15(土) |
| | ・ご飯 ・魚のソテー ・ほうれん草のお浸し ・ひじきの煮物 ・味噌汁 ・フルーツ | ・ご飯 ・煮込みハンバーグ ・大根サラダ ・高野豆腐の煮物 ・味噌汁 ・フルーツ | ・ご飯 ・鶏の唐揚げ ・かぼちゃの煮物 ・きゅうりの酢の物 ・にゅう麺 ・フルーツ | ・ちらし寿司 ・魚の南蛮漬け ・玉子豆腐 ・煮豆 ・味噌汁 ・フルーツ | ・ご飯 ・豚バラの蒸し焼き ・スパゲッティサラダ ・いんげんの胡麻和え ・味噌汁 ・フルーツ | ・ご飯 ・おでん ・ほうれん草の胡麻和え ・味噌汁 ・フルーツ |
| 16(日) | 17(月) | 18(火) | 19(水) | 20(木) | 21(金) | 22(土) |
| | ・カレーライス ・卵サラダ ・ささみカツ ・福神漬け ・フルーツ | ・ご飯 ・野菜のかき揚げ ・キャベツのこぶ和え ・えのきポン酢 ・味噌汁 ・フルーツ | ・ご飯 ・豚とキャベツのソテー ・春雨サラダ ・きゅうりの酢の物 ・味噌汁 ・フルーツ | ・お赤飯 ・すき焼き風煮 ・マカロニサラダ ・もずくキュウリ ・味噌汁 ・フルーツ | ・ご飯 ・魚のフリッター ・グリーンサラダ ・小松菜の煮物 ・味噌汁 ・フルーツ | ・ご飯 ・豆腐ステーキ ・シーザーサラダ ・切り干し大根の煮物 ・味噌汁 ・フルーツ |
| 23(月) | 24(月) | 25(火) | 26(水) | 27(木) | 28(金) | 29(土) |
| | ・ご飯 ・肉じゃが ・ほうれん草のソテー ・レンコンのきんぴら ・味噌汁 ・フルーツ | ・炊き込みご飯 ・鶏の照り焼き ・人参しりしり ・味噌汁 ・フルーツ | ・ご飯 ・魚のホイル焼き ・春キャベツのソテー ・えのきベーコン ・味噌汁 ・フルーツ | ・ご飯 ・八宝菜 ・煮豆 ・トマトサラダ ・中華風スープ | ・ご飯 ・鶏の唐揚げ ・グリーンサラダ ・炒り豆腐 ・味噌汁 ・フルーツ | ・ご飯 ・ささみソテー ・大根サラダ ・湯豆腐 ・味噌汁 ・フルーツ |
| 30(日) | 31(月) | | | | | |
| | ・ご飯 ・野菜の肉巻き ・きのこソテー ・グリーンサラダ ・味噌汁 ・フルーツ | | | | | |

