








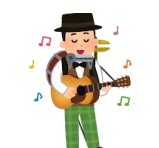




なごみの里1月行事予定

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
				お休み		
4	5	6	7	8	9	10
	初詣 		お誕生会 			
11	12	13	14	15	16	17
		ギター演奏 			ハーモニカ演奏 	
18	19	20	21	22	23	24
	ギター演奏 		クローバー 			お誕生会 
25	26	27	28	29	30	31

祝 今月のお誕生日

～おめでとうございます～

- ・田坂 美和子 様 昭和11年1月6日 91歳
- ・田村 玉子 様 昭和2年1月26日 99歳





1月の献立表



				1(木)	2(金)	3(土)
				お休み		
4(日)	5(月)	6(火)	7(水)	8(木)	9(金)	10(土)
	・お赤飯 ・お節料理 ・お雑煮 ・フルーツ	・ご飯 ・アジフライ ・かぼちゃの煮物 ・サラダ ・味噌汁 ・フルーツ	・お赤飯 ・鶏肉のさっぱり煮 ・チンゲン菜の炒め物 ・きゅうりの酢の物 ・味噌汁 ・フルーツ	・カレーライス ・魚のフライ ・グリーンサラダ ・福神漬 ・フルーツ	・ご飯 ・豚の焼肉風 ・グリーンサラダ ・えのきポン酢炒め ・味噌汁 ・フルーツ	・ご飯 ・鶏の唐揚げ ・切干大根の煮物 ・グリーンサラダ ・味噌汁 ・フルーツ
11(日)	12(月)	13(火)	14(水)	15(木)	16(金)	17(土)
	・ご飯 ・白身魚のフリッター ・大根サラダ ・なすの煮物 ・味噌汁 ・フルーツ	・ご飯 ・煮込みハンバーグ ・ほうれん草とベーコンの炒め物 ・トマトサラダ ・味噌汁 ・フルーツ	・カレーライス ・チキンカツ ・シーチキンサラダ ・福神漬 ・フルーツ	・ご飯 ・魚のホイル焼き ・マカロニサラダ ・切り干し大根の煮物 ・味噌汁 ・フルーツ	・ご飯 ・鶏の照り焼き ・かぼちゃの煮物 ・もずくきゅうり ・味噌汁 ・フルーツ	・ご飯 ・筑前煮 ・豆腐のあんかけ ・きゅうりの酢の物 ・味噌汁 ・フルーツ
18(日)	19(月)	20(火)	21(水)	22(木)	23(金)	24(土)
	・ご飯 ・チキン南蛮 ・シーチキンサラダ ・大豆とひじきの煮物 ・味噌汁 ・フルーツ	・ご飯 ・肉じゃが ・卵焼き ・白和え ・味噌汁 ・フルーツ	・ご飯 ・鶏の唐揚げ ・切干大根の煮物 ・グリーンサラダ ・味噌汁 ・フルーツ	・ご飯 ・酢豚 ・春雨サラダ ・ほうれん草のお浸し ・味噌汁 ・フルーツ	・ご飯 ・魚のフライ ・シーチキンサラダ ・きゅうりの酢の物 ・味噌汁 ・フルーツ	・ちらし寿司 ・和風ハンバーグ ・煮豆 ・トマトサラダ ・味噌汁 ・フルーツ
25(日)	26(月)	27(火)	28(水)	29(木)	30(金)	31(土)
	・ご飯 ・豚の生姜焼き ・高野豆腐の卵とじ ・ポテトサラダ ・味噌汁 ・フルーツ	・カレーライス ・エビフライ ・トマトサラダ ・福神漬 ・フルーツ	・ご飯 ・魚の照り焼き ・ふろふき大根 ・きゅうりの酢の物 ・味噌汁 ・フルーツ	・ご飯 ・スペインオムレツ ・小松菜の煮物 ・マカロニサラダ ・味噌汁 ・フルーツ	・ご飯 ・豚バラの蒸し焼き ・じゃがいものそぼろ煮 ・ブロッコリーのおかか和え ・味噌汁 ・フルーツ	・ご飯 ・魚の南蛮漬 ・大根の煮物 ・ほうれん草のおひたし ・味噌汁 ・フルーツ

※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。

元気で楽しい1年にしましょう！！

