

なごみの里10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
					ギター演奏 	
4	5	6	7	8	9	10
		クローバー 		誕生日会 		
11	12	13	14	15	16	17
					新居浜太鼓祭り 	
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31
				誕生日会 		

祝 今月のお誕生日

～おめでとうございます～

渡辺 富美恵 様 昭和16年10月1日 85歳
新名 宏子 様 昭和9年10月29日 92歳





10月の献立表



				1(木)	2(金)	3(土)
				・ご飯 ・オムレツ ・かぼちゃの煮物 ・いんげんの胡麻和え ・味噌汁 ・フルーツ	・ご飯 ・肉じゃが ・ほうれん草のおひたし ・煮豆 ・味噌汁 ・フルーツ	・ご飯 ・焼き魚 ・かぼちゃサラダ ・白和え ・味噌汁 ・フルーツ
4(日)	5(月)	6(火)	7(水)	8(木)	9(金)	10(土)
	・カレーライス ・ささ身フライ ・シーザーサラダ ・フルーツ	・ご飯 ・魚の煮つけ ・里芋の煮物 ・グリーンサラダ ・味噌汁 ・フルーツ	・ご飯 ・鶏の唐揚げ ・切り干し大根の煮物 ・サラダ ・味噌汁 ・フルーツ	・ちらし寿司 ・鶏の香草焼き ・グリーンサラダ ・きゅうりの酢の物 ・味噌汁 ・フルーツ	・ご飯 ・ハンバーグ ・ほうれん草のソテー ・もずくキュウリ ・味噌汁 ・フルーツ	・ご飯 ・鶏ムネのソテー ・大根サラダ ・卵豆腐 ・味噌汁 ・フルーツ
11(日)	12(月)	13(火)	14(水)	15(木)	16(金)	17(土)
	・ご飯 ・肉豆腐 ・卵サラダ ・ブロッコリーのおかか和え ・味噌汁 ・フルーツ	・ご飯 ・魚のムニエル ・きのこソテー ・ポテトサラダ ・味噌汁 ・フルーツ	・ご飯 ・豚の生姜焼き ・春雨サラダ ・卵豆腐 ・味噌汁 ・フルーツ	・ご飯 ・豚肉とニラの炒め物 ・さつま芋の甘煮 ・湯豆腐 ・味噌汁 ・フルーツ	・カレーライス ・シーザーサラダ ・チキンカツ ・フルーツ	・ご飯 ・芋炊き ・もずくキュウリ ・フルーツ
18(日)	19(月)	20(火)	21(水)	22(木)	23(金)	24(土)
	・ご飯 ・魚のムニエル ・かぼちゃの煮物 ・グリーンサラダ ・味噌汁 ・フルーツ	・ご飯 ・野菜の肉巻き ・卵豆腐 ・トマトサラダ ・味噌汁 ・フルーツ	・ゆかりご飯 ・魚の南蛮漬け ・かぼちゃの煮物 ・グリーンサラダ ・味噌汁 ・フルーツ	・ご飯 ・野菜のかき揚げ ・白和え ・煮豆 ・味噌汁 ・フルーツ	・ご飯 ・麻婆豆腐 ・小松菜の煮びたし ・にんじんしりしり ・味噌汁 ・フルーツ	・カレーライス ・シーザーサラダ ・ムニエル ・フルーツ
25(日)	26(月)	27(火)	28(水)	29(木)	30(金)	31(土)
	・ご飯 ・酢豚 ・ほうれん草の胡麻和え ・アスパラソテー ・味噌汁 ・フルーツ	・ご飯 ・豆腐ハンバーグ ・マカロニサラダ ・ひじきの煮物 ・味噌汁 ・フルーツ	・ご飯 ・鶏の照り焼き ・切り干し大根の煮物 ・トマトサラダ ・味噌汁 ・フルーツ	・お赤飯 ・焼き魚 ・かぼちゃの煮物 ・煮豆 ・味噌汁 ・フルーツ	・ご飯 ・魚の天ぷら ・マカロニサラダ ・きのこソテー ・味噌汁 ・フルーツ	・ご飯 ・厚揚げステーキ ・肉じゃが ・焼きナス ・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。

