

なごみの里11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
					お誕生日会 	
8	9	10	11	12	13	14
	紅葉見学 				フラダンス 	お誕生日会 
15	16	17	18	19	20	21
	紅葉見学 	水防訓練 	ギター演奏 	紅葉見学 		
22	23	24	25	26	27	28
	紅葉見学 		スリーホールス 		お誕生日会 	
29	30					
	紅葉見学 					

祝 今月のお誕生日

～おめでとうございます～

吉村 タエ子 様

昭和12年11月8日(89歳)

黒川 千エ子 様

昭和5年11月15日(96歳)



11月の献立表

1(日)	2(月)	3(火)	4(水)	5(木)	6(金)	7(土)
	・ご飯 ・肉じゃが ・大根サラダ ・ほうれん草のお浸し ・味噌汁 ・フルーツ	・ご飯 ・鮭のちゃんちゃん焼き ・湯豆腐 ・かぼちゃサラダ ・味噌汁 ・フルーツ	・ご飯 ・和風ハンバーグ ・高野豆腐の煮物 ・グリーンサラダ ・味噌汁 ・フルーツ	・ご飯 ・魚のフライ ・ほうれん草の胡麻和え ・エノキポン酢 ・味噌汁 ・フルーツ	・赤飯 ・ササミフライ ・グリーンサラダ ・ひじきの煮物 ・味噌汁 ・フルーツ	・ご飯 ・八宝菜 ・コールスローサラダ ・きゅうりの酢の物 ・味噌汁 ・フルーツ
8(日)	9(月)	10(火)	11(水)	12(木)	13(金)	14(土)
	・ご飯 ・ぶり大根 ・切り干し大根の煮物 ・トマトサラダ ・味噌汁 ・フルーツ	・ご飯 ・牛肉とごぼうの煮物 ・青菜の胡麻和え ・かぼちゃの煮物 ・味噌汁 ・フルーツ	・ご飯 ・鶏の唐揚げ ・小松菜と油揚げの煮物 ・グリーンサラダ ・味噌汁 ・フルーツ	・ご飯 ・豚肉と白菜の重ね煮 ・白和え ・茄子の煮物 ・味噌汁 ・フルーツ	・ご飯 ・エビと野菜のかき揚げ ・切り干し大根の煮物 ・きゅうりの昆布和え ・味噌汁 ・フルーツ	・ちらし寿司 ・すき焼き風煮物 ・ブロッコリーのおかか和え ・煮豆 ・味噌汁 ・フルーツ
15(日)	16(月)	17(火)	18(水)	19(木)	20(金)	21(土)
	・カレーライス ・スパゲティサラダ ・ムニエル ・フルーツ ・福神漬け	・ご飯 ・魚の南蛮漬け ・高野豆腐の卵とじ ・かぼちゃサラダ ・味噌汁 ・フルーツ	・ご飯 ・肉豆腐 ・ピーマンのナムル ・煮豆 ・味噌汁 ・フルーツ	・ご飯 ・チキンカツ ・シーザーサラダ ・チンゲン菜の胡麻和え ・味噌汁 ・フルーツ	・ご飯 ・オムレツ ・高野豆腐の煮物 ・アスパラのソテー ・味噌汁 ・フルーツ	・ご飯 ・魚のフライ ・きのこのソテー ・トマトサラダ ・味噌汁 ・フルーツ
22(日)	23(月)	24(火)	25(水)	26(木)	27(金)	28(土)
	・ご飯 ・豚の生姜焼き ・キャベツの卵とじ ・マカロニサラダ ・味噌汁 ・フルーツ	・きのこご飯 ・ミルフィーユカツ ・サラダ ・粉ふき芋 ・味噌汁 ・フルーツ	・ご飯 ・煮魚 ・ホウレン草のソテー ・炒り豆腐 ・味噌汁 ・フルーツ	・ご飯 ・鶏のクリーム煮 ・切り干し大根の煮物 ・シーチキンサラダ ・味噌汁 ・フルーツ	・ちらし寿司 ・鶏の照り焼き ・サラダ ・味噌汁 ・フルーツ	・ご飯 ・魚のホイル焼き ・卵豆腐 ・かぼちゃの煮物 ・味噌汁 ・フルーツ
29(日)	30(月)					
	・ゆかりご飯 ・あんかけ豆腐 ・ポテトサラダ ・「いんげん」の胡麻和え ・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。

