



# なごみの里 7月行事予定

なごみの里「金栄」☆TEL 31-1753

※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	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
	 海の日	ギター演奏会 		誕生日会 		
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			



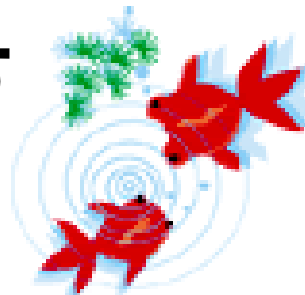
## 今月のお誕生日

石井 重信 様  
石川 千代子様

お誕生日   
おめでとう!



# なごみ通信 7月号



## 今月の献立表

	1(月)	2(火)	3(水)	4(木)	5(金)	6(土)
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・鮭の南蛮漬け</li> <li>・高野豆腐の煮物</li> <li>・キャベツのサラダ</li> <li>・味噌汁</li> <li>・フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・すき焼き風煮物</li> <li>・かぼちゃサラダ</li> <li>・きゅうりの酢の物</li> <li>・味噌汁</li> <li>・フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・豚の冷しゃぶ</li> <li>・ジャーマンポテト</li> <li>・トマトサラダ</li> <li>・味噌汁</li> <li>・フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・魚のソテー</li> <li>・春雨サラダ</li> <li>・青菜の胡麻和え</li> <li>・味噌汁</li> <li>・フルーツ</li> </ul>	お楽しみメニュー 	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・豚バラの蒸し焼き</li> <li>・炒り豆腐</li> <li>・青菜の胡麻和え</li> <li>・味噌汁</li> <li>・フルーツ</li> </ul>
7(日)	8(月)	9(火)	10(水)	11(木)	12(金)	13(土)
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・炊き込みご飯</li> <li>・鶏の照り焼き</li> <li>・茄子の煮物</li> <li>・味噌汁</li> <li>・フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・魚ソテー</li> <li>・青梗菜の炒め物</li> <li>・かぼちゃサラダ</li> <li>・味噌汁</li> <li>・フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・厚揚げステーキ</li> <li>・肉じゃが</li> <li>・サラダ</li> <li>・味噌汁</li> <li>・フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・カレーライス</li> <li>・サラダ</li> <li>・福神漬け</li> <li>・フルーツ</li> </ul>	お楽しみメニュー 	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・えびと野菜のかき揚げ</li> <li>・高野豆腐の煮物</li> <li>・煮豆</li> <li>・味噌汁</li> <li>・フルーツ</li> </ul>
14(日)	15(月)	16(火)	17(水)	18(木)	19(金)	20(土)
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・魚のフライ</li> <li>・春雨サラダ</li> <li>・青梗菜炒め</li> <li>・味噌汁</li> <li>・フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ゆかりご飯</li> <li>・チキンカツ</li> <li>・炒り豆腐</li> <li>・きゅうりとカニカマのサラダ</li> <li>・味噌汁</li> <li>・フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・豚の生姜焼き</li> <li>・切り干し大根の煮物</li> <li>・サラダ</li> <li>・味噌汁</li> <li>・フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・ミルフィーユカツ</li> <li>・ポテトサラダ</li> <li>・卵豆腐</li> <li>・味噌汁</li> <li>・フルーツ</li> </ul>	お楽しみメニュー 	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・スペインオムレツ</li> <li>・大根の煮物</li> <li>・かぼちゃサラダ</li> <li>・味噌汁</li> <li>・フルーツ</li> </ul>
21(日)	22(月)	23(火)	24(水)	25(木)	26(金)	27(土)
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・カレーライス</li> <li>・レタスサラダ</li> <li>・福神漬け</li> <li>・フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・厚揚げステーキ</li> <li>・ポテトサラダ</li> <li>・卵豆腐</li> <li>・味噌汁</li> <li>・フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・魚のホイル焼き</li> <li>・茄子の煮物</li> <li>・アスパラガスサラダ</li> <li>・味噌汁</li> <li>・フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・豚肉の焼き肉風</li> <li>・切り干し大根の煮物</li> <li>・サラダ</li> <li>・味噌汁</li> <li>・フルーツ</li> </ul>	お楽しみメニュー 	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・魚のソテー</li> <li>・トマトサラダ</li> <li>・にんじんしりしり</li> <li>・味噌汁</li> <li>・フルーツ</li> </ul>
28(日)	29(月)	30(火)	31(水)			
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・豚の冷しゃぶ</li> <li>・白和え</li> <li>・切り干し大根の煮物</li> <li>・味噌汁</li> <li>・フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・カレーライス</li> <li>・サラダ</li> <li>・福神漬け</li> <li>・フルーツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・肉豆腐</li> <li>・高野豆腐の煮物</li> <li>・キャベツのサラダ</li> <li>・味噌汁</li> <li>・フルーツ</li> </ul>			

：誕生日会

※材料などの都合により献立の一部を変更することがありますのでご了承願います。



## ナイスショット!

