



なごみの里11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
 文化の日	 弾き語り	 創作教室				 お茶会
10	11	12	13	14	15	16
	紅葉見学	→			ギター演奏会	→
17	18	19	20	21	22	23
	→					→
						 勤労感謝の日
24	25	26	27	28	29	30
	→					→



風船バレー



職員による口腔体操



黒髭ゲーム



なごみ通信 11月号



今月の献立表

						1(金)	2(土)
						<ul style="list-style-type: none"> 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 	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 厚揚げステーキ ひじきの煮物 えのきとベーコンの炒め物 味噌汁 フルーツ
3(日)	4(月)	5(火)	6(水)	7(木)	8(金)	9(土)	
	<ul style="list-style-type: none"> 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 	お楽しみメニュー 	<ul style="list-style-type: none"> 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 	<ul style="list-style-type: none"> 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 	<ul style="list-style-type: none"> 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 	リクエストおやつの日 <ul style="list-style-type: none"> カレーライス サラダ ヨーグルト 福神漬け フルーツ 	
10(日)	11(月)	12(火)	13(水)	14(木)	15(金)	16(土)	
	<ul style="list-style-type: none"> 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 	リクエストメニューの日 	<ul style="list-style-type: none"> 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 	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 豚肉と白菜の重ね煮 ほうれん草の胡麻和え 茄子の煮物 味噌汁 フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> 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 	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 エビと野菜のかき揚げ 切り干し大根の煮物 小松菜のツナ和え 味噌汁 フルーツ 	
17(日)	18(月)	19(火)	20(水)	21(木)	22(金)	23(土)	
	<ul style="list-style-type: none"> きのこご飯 鶏の香草焼き 大根サラダ 味噌汁 フルーツ 	お楽しみメニュー 	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 肉豆腐 ピーマンのナムル 煮豆 味噌汁 フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> 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 	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 すき焼き風煮物 青菜の煮びたし ブロッコリーみのおかか和え 味噌汁 フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 魚のフライ きのこのソテー スパゲティサラダ 味噌汁 フルーツ 	
24(日)	25(月)	26(火)	27(水)	28(木)	29(金)	30(土)	
	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 ミルフィーユカツ シーザーサラダ 粉ふき芋 味噌汁 フルーツ 	お楽しみメニュー 	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 魚のカレー焼き ほうれん草のソテー 炒り豆腐 味噌汁 フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> 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 	<ul style="list-style-type: none"> 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 	<ul style="list-style-type: none"> 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 	

※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。



朝の体操



歌の時間



トランプ大会