



なごみの里1月行事予定



なごみの里「金栄」☆TEL31-1753

※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
			休	休	休	初詣 
5	6	7	8	9	10	11
	初詣 & お茶会 初詣  	初詣 	初詣 	初詣 	初詣 	誕生会 
12	13	14	15	16	17	18
	成人の日 	創作教室 		ギター演奏会 		
19	20	21	22	23	24	25
					お茶会 	
26	27	28	29	30	31	



新年明けましておめでとうございます
本年もどうぞ宜しくお願いいたします





なごみ通信 1月号



今月の献立表

			1(水)	2(木)	3(金)	4(土)
			休	休	休	・赤飯 ・お節料理 ・お雑煮
5(日)	6(月)	7(火)	8(水)	9(木)	10(金)	11(土)
	・ご飯 ・肉豆腐 ・ポテトサラダ ・焼き茄子 ・味噌汁 ・フルーツ	・七草がゆ ・鶏肉のさっぱり煮 ・かぼちゃの煮物 ・ほうれん草の胡麻和え ・味噌汁 ・フルーツ	・ご飯 ・煮魚 ・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 ・チキンカツ ・シーチキンサラダ ・福神漬 ・フルーツ	・ご飯 ・ミルフィーユカツ ・グリーンサラダ ・えのきポン酢炒め ・味噌汁 ・フルーツ	・ちらし寿司 ・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
12(日)	13(月)	14(火)	15(水)	16(木)	17(金)	18(土)
	・ご飯 ・白身魚のフリッター ・大根サラダ ・かぼちゃの煮物 ・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	・ご飯 ・鶏の唐揚げ ・切り干し大根の煮物 ・グリーンサラダ ・味噌汁 ・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	お楽しみメニュー 
19(日)	20(月)	21(火)	22(水)	23(木)	24(金)	25(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	・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 ・肉じゃが ・卵焼き ・白和え ・味噌汁 ・フルーツ	・ご飯 ・酢豚 ・麻婆豆腐 ・春雨サラダ ・味噌汁 ・フルーツ	・炊き込みご飯 ・魚のフライ ・シーチキンサラダ ・味噌汁 ・フルーツ	お楽しみメニュー 
26(日)	27(月)	28(火)	29(水)	30(木)	31(金)	
	・ご飯 ・小エビと野菜のかき揚げ ・白和え ・煮豆 ・味噌汁 ・フルーツ	・ご飯 ・豚の生姜焼き ・サラダ ・高野豆腐の卵とじ ・味噌汁 ・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 ・ポテトサラダ ・味噌汁 ・フルーツ	・ご飯 ・豚バラの蒸し焼き ・じゃが煮物そぼろ煮 ・ブロッコリーのおかか和え ・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ことがありますのでご了承ください。

