

いからしさん家便り

平成25年11月1日

あいあい生き生きハウス

いからしさん家

047(492)1236

～**～十一月号

食欲の秋がやってまいりました。

体調はいかがですか？そして、体重はいかがですか？

どちらも、自分ではなかなか管理がむずかしいものです。

せめて、いからしさん家へいらした時は体操をして体を動かかし、

安心してお食事も召し上がってください。

(U津)

～**～ 今月の行事**～

先日行われたふるさとまっりは、あいにくのお天気となり、楽しみにされていたご参加いただけなかった方には、申し訳なくお詫言します。また、フリーマーケットへのご寄附や、売り上げへのご協力をいただき、ありがとうございました!!

先月の“芋煮会”、今年から趣向を変えてみましたか、いかがでしたか？さて、今月は、恒例となりました“たこ焼きパーティー”です。また、ボランティアのおきお招きした“芸術鑑賞会”も計画中です。音楽や餅りなど、芸術の秋を感じていただければ…。お楽しみに!!



🍴 今月の昼食予定表🍴

11月

※材料等の都合により、献立の一部変更もあります※

月	火	水	木	金 浦津	土 伊藤
				<ul style="list-style-type: none"> ハヤシライス サラダ デザート おやつ 	<ul style="list-style-type: none"> 肉じゃが 和え物 汁物 おやつ
浦津 14	浦津 15	伊藤 16	大谷 17	浦津 18	伊藤 19
<ul style="list-style-type: none"> サバのカレー風味 和え物 汁物 おやつ 	<ul style="list-style-type: none"> あげたし豆腐 和え物 汁物 おやつ 	<ul style="list-style-type: none"> 煮込みハンバーグ 和え物 汁物 おやつ 	<ul style="list-style-type: none"> ハ宝菜 和え物 汁物 おやつ 	<ul style="list-style-type: none"> 魚のホイル焼き 和え物 汁物 おやつ 	<ul style="list-style-type: none"> なあんこトースト 和え物 汁物 おやつ
浦津 11	浦津 12	大谷 13	伊藤 14	浦津 15	吉田 16
<ul style="list-style-type: none"> チホリタン サラダ デザート おやつ 	<ul style="list-style-type: none"> 酢炸どり 和え物 汁物 おやつ 	<ul style="list-style-type: none"> おでん 和え物 汁物 おやつ 	<ul style="list-style-type: none"> 長きみこ飯 和え物 汁物 おやつ 	<ul style="list-style-type: none"> 他人煮 和え物 汁物 おやつ 	<ul style="list-style-type: none"> とり肉と里芋の煮物 和え物 汁物 おやつ
浦津 18	浦津 19	伊藤 20	大谷 21	浦津 22	吉田 23
<ul style="list-style-type: none"> 豚しゃぶ 和え物 汁物 おやつ 	<ul style="list-style-type: none"> カニ玉あんかけ 和え物 汁物 おやつ 	<ul style="list-style-type: none"> カジキの野菜あんかけ 和え物 汁物 おやつ 	<ul style="list-style-type: none"> カレー サラダ デザート おやつ 	<ul style="list-style-type: none"> きつねうどん 和え物 デザート おやつ 	<ul style="list-style-type: none"> 牛キムライス サラダ デザート おやつ
浦津 25	浦津 26	吉田 27	大谷 28	浦津 29	吉田 30
<ul style="list-style-type: none"> ウラのきのあんかけ 和え物 汁物 おやつ 	<ul style="list-style-type: none"> 牛キムのトマト煮 和え物 汁物 おやつ 	<ul style="list-style-type: none"> クリームシチュー 和え物 デザート おやつ 	<ul style="list-style-type: none"> 鮭のカツパリ焼き 和え物 汁物 おやつ 	<ul style="list-style-type: none"> マーボー豆腐 和え物 汁物 おやつ 	<ul style="list-style-type: none"> 魚のフライ 和え物 汁物 おやつ