

# いがらしさん家便り

平成28年(2月)1日  
 あいあい生き生きハウス  
 いがらしさん家  
 047(492)1236  
 12月号

7年前にもいがらしさん家で調理をしていましたが、夫の転勤で<sup>シャンハイ</sup>上海(中国)へ…。あちらでは自分で料理をするより外食の方が安上がりで、また各地の料理の食べ歩きを楽しみました。2年前帰国してからは焼く・茹でる等簡単な料理ばかりで作る感覚がなかなか戻りませんでした。頭の体操と思い調理に戻ってまいりました。どうぞ宜しくお願いします。

(調理担当 堀)

## ～ 今月の行事 ～

12月は“忘年会”を行います。調理スタッフが腕を奮ったご馳走といがらしさん家スタッフによるお楽しみ劇です。この日のためにスタッフ一同張り切って準備しています。どうぞお楽しみに！

。。。お知らせ。。。

12/30(金)～1/3(火) 年末年始のため、いがらしさん家はお休みとなります。



## 🍴 今月の昼食予定表 🍴

12月

※材料等の都合により、献立の一部変更もありません※

月	火	水	木	金	土
			大谷 11	大河内 12	大河内 13
			肉じゃが 合え物 汁物 おやつ	ビビバ風ごはん 合え物 汁物 おやつ	スパゲティー サラダ 汁物 おやつ
堀 15	伊澤 16	伊藤 17	大谷 18	大河内 19	吉田 10
塩鮭とホタル草の グラタン 合え物 汁物 おやつ	とりにと里芋の 煮物 合え物 汁物 おやつ	野菜の煮物 合え物 汁物 おやつ	煮込みハンバーグ 合え物 汁物 おやつ	筑前煮 合え物 汁物 おやつ	鮭の戻り焼 合え物 汁物 おやつ
堀 12	伊澤 13	伊藤 14	大谷 15	大河内 16	吉田 17
カレーライス サラダ 汁物 おやつ	焼きうどん 合え物 汁物 おやつ	カジキのソテー 合え物 汁物 おやつ	魚の野菜献立 合え物 汁物 おやつ	牛皿 合え物 汁物 おやつ	とりにと里芋の 煮物 合え物 汁物 おやつ
堀 19	伊澤 20	伊藤 21	大谷 22	大河内 23	吉田 24
蒸したらの あんかけ 合え物 汁物 おやつ	忘年会 お楽しみ	ロールキャベツ 合え物 汁物 おやつ	マーボー豆腐 合え物 汁物 おやつ	忘年会 お楽しみ	忘年会 お楽しみ
堀 26	伊澤 27	伊藤 28	大谷 29	/	/
肉たんご 白菜の煮物 合え物 汁物 おやつ	カジキのから揚げ 合え物 汁物 おやつ	肉豆腐 合え物 汁物 おやつ	クリームチーズ サラダ 汁物 おやつ		