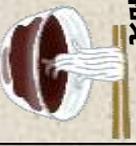


# 6月17～7月14日 昼食 献立表

月	火	水	木	金	土	日
<p>17日</p> <p>ご飯 鶏のから揚げ 切り干し大根の煮付け かにとぎゅうりの和え物 漬物</p> 	<p>18日</p> <p>ご飯 鮭のムニエル ほうれん草のごま和え ちくわの炒め物 漬物</p> 	<p>19日</p> <p>冷やし中華 炒り豆腐 白菜の梅おかか和え 漬物</p> 	<p>20日</p> <p>太巻き 豆腐のサクサク揚げ 蓮根の金平 中華風和え ぶどう 漬物</p> 	<p>21日</p> <p>おにぎり さばのネギみそ焼き 生揚げの煮付け 茄子のごま和え すいか 漬物</p> 	<p>22日</p> <p>味噌ラーメン 筍土佐煮 温泉卵 漬物</p> 	<p>23日</p> <p>他人丼 大根とごぼうの和え物 焼き豆腐の煮付け 漬物</p> 
<p>24日</p> <p>山菜きのこ入りおこわ 炊き合わせ キャベツと豚肉のカレー炒め 蒸し茄子 漬物</p> 	<p>25日</p> <p>ご飯 ぶりの照り焼き 魚河岸揚げの煮付け ウインナーソーサー バナナ 漬物</p> 	<p>26日</p> <p>ビーフカレー 蓮根の煮付け トマトの和風サラダ マンゴー 漬物</p> 	<p>27日</p> <p>ご飯 いか天 車麩の卵とじ ほうれん草のごま和え 漬物</p> 	<p>28日</p> <p>冷やしおろしそば ささがきごぼうの炒め煮 きゅうりとわかめの酢の物 漬物</p> 	<p>29日</p> <p>サントウイッチ 味噌おでん (小鉢) 長芋の梅肉和え ぶどう 漬物</p> 	<p>30日</p> <p>ご飯 鶏肉のパン粉焼き ひじきの煮物 冷やっこ 漬物</p> 
<p>7/11日</p> <p>赤飯 厚焼き玉子 煮付け盛り合わせ こんぶら すまし汁 メロン</p> 	<p>2日</p> <p>五平餅 フロッキーのカニあんかけ 卵豆腐 ぶどう 漬物</p> 	<p>3日</p> <p>焼きそば 切り干し大根の煮付け ほうれん草のポン酢和え 漬物</p> 	<p>4日</p> <p>ご飯 牛肉とごぼうの卵とじ ししとうの炒め煮 ツナサラダ 漬物</p> 	<p>5日</p> <p>冷やしうどん ごぼうの煮付け きゅうりの粕和え すいか 漬物</p> 	<p>6日</p> <p>焼きおにぎり 五目煮 ゴーヤチャンプル びわ缶 漬物</p> 	<p>7日</p> <p>みょうが御飯 木刀魚のムニエル こも豆腐の煮付け 里芋のずんだ和え 漬物</p> 
<p>8日</p> <p>フレンチトースト 切り干し大根の煮付け スパゲティサラダ すいか 漬物</p> 	<p>9日</p> <p>冷やし中華 馬鈴薯とささげの煮付け キャベツの生姜和え メロン 漬物</p> 	<p>10日</p> <p>ざるそば 天ぷら こも豆腐の煮付け ほうれん草のおかか和え 漬物</p> 	<p>11日</p> <p>山菜おこわ 煮付けの盛り合わせ 金平ごぼう きゅうりの粕和え すいか 漬物</p> 	<p>12日</p> <p>ご飯 焼肉 里芋のみそ和え ゴーヤチャンプル 漬物</p> 	<p>13日</p> <p>ご飯 鮎塩焼き ゆで茄子田楽 白菜の梅おかか和え 漬物</p> 	<p>14日</p> <p>カレー炒飯 ふきとじしんの煮付け きゅうりとささみの梅和え 漬物</p> 

## 【編集後記】

ようやく花粉症が終息して気持ちの良い気候になってきたと思っただ先、記録的な暑さが続いた。片つけた曝露器具がほしくなるような小暑1日があり、身体が慣れるのが大変です。これから梅雨や本格的な暑さとなりますが、栄養と休養を十分とるよう心がけたい。エアコンや扇風機、網戸の取り付けなど、健康に過ごせる準備や工夫を今のうちにおくことも忘れないうちにしたいです。



南風  
みなみかぜ

Vol.168

令和元年  
六月号

特別養護老人ホーム

南風園

〒506-0032

高山市千島町 1257 番地 2

TEL (0577) 33-3730

FAX (0577) 33-3751

発行/社会福祉法人清徳会 特別養護老人ホーム南風園



# 花祭り



高山別院の花祭りに行ってきました。天気も良く、久しぶりの外出を楽しんできました。

## 中学生の職場体験学習



日枝中学校の2年生6名が職場体験にみえました。生徒の皆さんから元気をもらい楽しい時間を過ごしました。



## 千島町内会定例役員会



町内会の皆さま  
よろしくお願い致します

千島町内会定例役員会が南風園すずらんホールにて開催されました。定例会冒頭では災害時協力委員の皆様へ委嘱式を行い、その後に南風園の施設紹介をさせていただきました。



## 野菜作り&ガーテニング

あさがお、ミニトマト、キュウリを植えました。夏の収穫が楽しみです。



## 粘土に塗り絵



馴染みの皆さんで楽しみながらリハビリを行っています。



夏祭りに、高山出身のシンガーソングライター杉山修さん来園予定!



## 夏祭りのお知らせ

令和元年7月21日(日)14:00~  
夏祭りを開催します。  
ご家族様のご参加お待ちしております。

