

アクトールポスト

12月号



Merry Christmas



献立だより 平成29年 12月



月	火	水	木	金	土
				1日	2日
				ご飯 鶏肉のもろみ焼き キャベツとちりめんの 煮まし 大根と油揚げの わさび醤油和え すまし汁 プリン	ご飯 豚肉の和風炒め 手作り豆腐 うまい菜と平天の ピーナッツ和え みそ汁 (ソーメン)
4日	5日	6日	7日	8日	9日
ご飯 三色稲荷の 炊き合わせ 大根と豚肉の金平 胡瓜とささみの 酢の物 みそ汁 黒糖まんじゅう	ご飯 さわらの魚田 (柚子味噌) れんこんと絹揚げの 煮物 マカロニサラダ すまし汁 コーヒーゼリー	ご飯 肉じゃが 手作りごま豆腐 (わさび醤油) キャベツとかまぼこの 土佐酢和え みそ汁 ふんわり名人 ミルク餅	ハヤシライス 福神漬け ブロッコリーとツナの アイランドドレサダ ヨーグルト (マンゴー缶添え)	ご飯 白身魚のグリル (タルタルソース) 大根と絹揚げ の煮物 刻みとろろ みそ汁 ぼたぼた焼き 飴湯	感謝祭 お楽しみに♡
11日	12日	13日	14日	15日	16日
青高菜ご飯 ホッケの塩焼き あげまきの煮物 白菜と人参の あっさり和え 豚粕汁 チョコプリン	ご飯 赤魚の生姜煮 キャベツと鶏肉の 炒め物 さつまいもと レーズのサラダ 赤だし ミルクまんじゅう	ちゃんぽん麺 かにシューマイ みかん	ご飯 チーズメンチカツ イカフライ チンゲン菜と 鶏肉の炒め煮 大根とハムの マサラダ おしるこ	ご飯 ホキのハーブ焼き 奈良のっぺ 【奈良県郷土料理】 ほうれん草と人参 の煮物ピーナッツ和え みそ汁 ワッフル	ご飯 クリームシチュー コーンとハムの オーロラドレサダ ピーマン漬け 黄桃缶 黒糖まんじゅう
18日	19日	20日	21日	22日	23日
ご飯 さわらの柚庵焼き ほうれん草と油揚げ の豆乳和え 茶碗蒸し (小柱・銀杏) みそ汁 カルシウムせんべい 飴湯	さけと卵そばろの 二色丼 高野豆腐の煮物 みそ汁 みかん缶	ご飯 豚肉の塩ダレ炒め 卵ふくさ焼き 白菜と人参の 和え物 みそ汁	えび天うどん 大根と絹揚げの 酒粕煮 ブロッコリーとツナの ごまドレサダ	ご飯 白身魚のムニエル (トマトソース) かぼちゃの含め煮 胡瓜とささみの 甘酢和え 赤だし レモンシフォンカップケーキ	ご飯 さばの塩焼き ごぼうとしいたけの 煮物 小松菜とかまの ピーナッツ和え みそ汁 みたらし団子
25日	26日	27日	28日	29日	30日
クリスマスピラフ 鶏の唐揚げ (カレー味) 大根とアスパラの 大葉ドレサラダ じゃがいもの ミネストローネ サンドケーキ (ホイップクリーム)	ご飯 擬製豆腐 うまい菜と焼き豚の 炒め物 みそ汁 ちりめん山椒	牛丼 チンゲン菜と かまぼこのナムル みそ汁 マンゴー缶	ご飯 たらの香草 パン粉焼き キャベツとかまぼこの 煮まし スパゲティーサラダ みそ汁 チョコマドレーヌ	ご飯 鶏肉の生姜煮 切干大根 白菜とえのきの ピーナッツ和え みそ汁 ぜんざい	ご飯 ホキのムニエル (タルタルソース) 筍と豚肉の煮物 みそ汁 寒天 バウムクーヘン

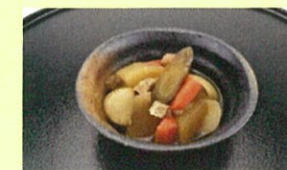
12月15日(金)

『奈良のっぺ』【奈良県郷土料理】

東北や北陸地方の郷土料理ののっぺい汁は片栗粉でとろみをつけますが、奈良のっぺは、里芋を主に、大根、人参、牛蒡に油揚げも入れた具沢山の煮物で里芋で自然にとろみがつきます。

毎年12月15日から18日は、奈良春日大社若宮の「おん祭り」で、一年の最後を飾るお祭りです。

奈良ではこの日に「のっぺ」を食べる習慣が昔から続いています。





中辻 博之 42歳
A型 てんびん座
花嫁募集中!!

NEW!! 職員紹介

先月より、新しい職員が入りました。
身長がなんと、184cm!!
背の高いのっぽの職員さんです。

Q 出身は?
神奈川県横須賀です。アメリカ海軍の基地があり、外人さんが多い街です。

Q 趣味は?
一人カラオケです。古い曲から新しい曲まで、なんでも歌えます。どしどしリクエストしててくださいね。

Q 一言どうぞ
明るく、楽しく皆様に過ごして頂くため頑張ります!! どうぞよろしくお願います!!



漢検

第3回 アクイール漢検発表 合格者発表

稲垣容子様
豊田縣一様
檜山くみ子様
高山春子様
原好江様
E.O.様

おめでとうござい
ます!! 私事のよう
に本当に嬉しいで
す。
『次回も、チャレ
ンジしたい。』と、頼
もしいお言葉もい
ただきお言葉をこ
れから皆さまのさ
らなる挑戦お待ち
しています。

12月の予定

二七	二五	二二	二〇	一八	一二	九	七
日	日	日	日	日	日	日	日
善の会	フラダンス	フルーツ	ポコ(歌)	マンドリン	アコーディオン	感謝祭	ピリカ

HAPPY BIRTHDAY

石丸篤子様	深山豊子様	稲垣容子様	時耕憲子様
海老原トシ様	浅井幸子様	四條とみ子様	

皆勤賞

長野良子様	高山春子様	遠田さく子様	齊藤藤男様	時耕憲子様	金子秀夫様	大橋ミツ子様
E.O.様	山田義雄様	村田悦子様	花田勇造様	檜山み子様	須藤喜代子様	角田ヨミ子様



今年も色々ありました・・・楽しい思い出をありがとうございます♡