



アクイールポスト 11月号



月	火	水	木	金	土
			1日	2日	3日
			ご飯 たらのムニエル ほうれん草と 豚肉に炒め物 コンソメスープ マンゴー缶	さつまいもご飯 さんまの有馬煮 蓮根と人参の金平 胡瓜の土佐酢あえ 味噌汁	ご飯 焼き肉風炒め 絹揚げの煮物 チンゲン菜と かまぼこの塩ナムル 中華スープ
			手作り ミルクまんじゅう	動物ホットケーキ	鈴焼 特性オレンジジュース
5日	6日	7日	8日	9日	10日
牛丼 だしまき卵 ほうれんそうと ちりめんの練りごま 味噌汁	味噌ラーメン 筍と鶏肉の煮物 杏仁豆腐	ご飯 かれの生姜煮 キャベツと牛肉の炒め物 ブロッコリーと玉ねぎの 柚子ドレッシング 味噌汁	キーマカレー 福神漬け・らっきょう マカロニとアスパラ アイランドレタダ フルーツ	ご飯 鶏肉のやわらか煮 れんこんの炒め生酢 チンゲン菜と ちくわのからし醤油 赤だし	ご飯 さけの西京焼き かぼちゃの含め煮 白菜とかまぼこの ゆかり和え すまし汁
ふんわり名人ミルク餅	手作りチョコ マドレーヌ	雅桃山 上新あん	手作りきなこプリン	手作りパウンドケーキ	手作り栗まんじゅう
12日	13日	14日	15日	16日	17日
ご飯 ホッケの塩焼き 白菜と豚肉の炒め煮 味噌汁 みかん缶	ご飯 カツとじ うまい菜と ちりめんの煮浸し 手作りゴマ豆腐 すまし汁	あんかけ肉うどん ひじきと油揚げの煮物 キャベツと しめじのピーナツ和え	ご飯 かれの魚田 煮合い(茨城県郷土料理) すまし汁 マンゴー缶	ねぎとろ丼 小松菜と ちくわの塩ごまだレ 手作り茶碗蒸し とう六豆煮	ご飯 チンジャオロース 枝豆がんもの煮物 白菜と人参の 真砂和え 中華スープ
手作りサンドケーキ	ぼたぼた焼き 紅茶	手作りメロンゼリー	手作り オレンジフォンケーキ	手作りミルクまんじゅう	バウムクーヘン
19日	20日	21日	22日	23日	24日
ハヤシライス 福神漬け ブロッコリーと ハムのパンバンドレタダ フルーツ	ご飯 白身魚の揚げ物 梅尾煮(とがのおに) チンゲン菜と ささみのわさび醤油 味噌汁	炊き込みご飯 鶏肉のさっぱり煮 アスパラとツのツテ 味噌汁 フルーツ	ご飯 さんまの塩焼き しるなど かまぼこの豆乳和え 味噌かき玉汁 海苔の佃煮	ご飯 牛肉の野菜炒め つみれ揚げの煮物 胡瓜と小柱の酢の物 味噌汁	ご飯 コロケ・いかフライ チンゲン菜と かまぼこの煮浸し 味噌汁 マンゴー缶
カルシウムせんべい 飴湯	手作り きなこのフォンケーキ	ワッフル	手作り水ようかん	手作り紅茶パウンドケーキ	手作り ミルクまんじゅう
26日	27日	28日	29日	30日	
ご飯 鶏肉のにんにく醤油焼き もやしとしめじの 炒め物 胡瓜とちりめんの塩ナムル 味噌汁	ちらし寿司 かぼちゃの含め煮 アスパラと ちくわの練りごま和え 赤だし	ご飯 あじの若狭焼き チンゲン菜と 平天の辛子醤油和え 粕汁 金時豆煮	ご飯 鶏肉の照り煮 れんこんの炒め生酢 白菜としめじの和え物 味噌汁	お好み焼き うまい菜と 油揚げの炒め煮 コンソメスープ 黄桃缶	
手作りおしるこ	チョコ 特性グレープジュース	手作り みたらしだんご	手作り ココアフォンケーキ	手作り酒まんじゅう	

11月14日(水) 昼食
『あんかけ肉うどん(牛肉)』

11月15日(木) 昼食
『煮合い』[茨城県郷土料理]

11月2日(金) 昼食
『さつまいも御飯』

昨年の感謝祭



お待ちしています

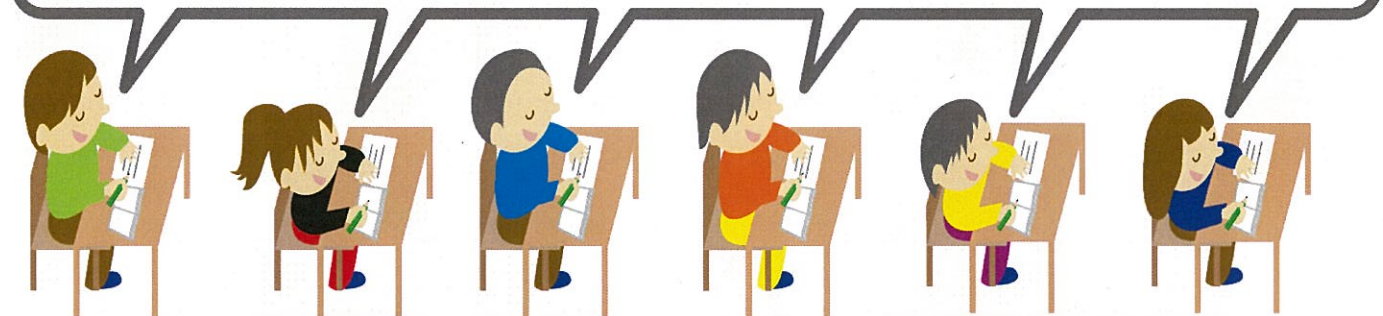
感謝祭

12月17日

今年もご参加

第四回 漢字検定

今年も漢字検定をアクイールで行いました。二か月前から募集を掛け今回は十一名が検定にチャレンジしてくれました。第一回目からチャレンジもおり、徐々に難しくなる問題に思わず頭を抱えてしまう方もいました。試験が終わると緊張した、でもまた来年チャレンジしたいと言う方も皆様とても勉強家。合格すれば日本漢字能力検定協会から賞状がもらえます。ご家族で受験し全員で合格すると『家族合格表彰状』がもらえます。次回はぜひみなでチャレンジしてみませんか。



おしゃべりが大好きなのでみなさんと楽しくお話がしたいです。
三児の母です。頑張ります



佐藤美幸
職員が増えました

趣味
子供と公園に行く

誕生日
昭和五七年八月二六日

出身地
四街道市

血液型
A型

HAPPY BIRTHDAY

- 皆勤賞
- | | | | | | | | | | | | | | | |
|--------|--------|-------|-------|-------|-------|--------|------|--------|--------|--------|-------|--------|-------|--------|
| 山田千恵子様 | 丸尾千鶴子様 | 豊田縣一様 | 田中茂夫様 | 金田三折様 | 今泉佳子様 | 井上久之助様 | A・A様 | 須藤喜代子様 | 児嶋千代子様 | 小池さと子様 | 鎌田桂子様 | 海老原トシ様 | 荒川清三様 | 須山マサエ様 |
| 山田千恵子様 | 丸尾千鶴子様 | 豊田縣一様 | 田中茂夫様 | 金田三折様 | 今泉佳子様 | 井上久之助様 | A・A様 | 横山ヨシ子様 | 山本久子様 | 山本久子様 | 日暮道子様 | 日暮道子様 | 田中茂夫様 | 須山マサエ様 |

11月の予定

- | | | |
|-----------------|-------|------|
| 二十八日 | 二十三日 | 二十一日 |
| 長寿大学
(フラダンス) | 焼き芋大会 | 善しの会 |

今年も焼き芋の季節になりましたね。アクイールでも毎年恒例の焼き芋大会を今年も行います。初めて行った時はなかなか上手にできなかったのに上手にできるようになりました。さて、今年のお味はいかがでしょう。スベシャルゲストも来る予定ですよ。おいしい女の子に会いませ