

# 助け合いゆぎの里

## 12月【ゆぎの里べんとう献立表】夕食のお届け

週	日	曜	ご飯	おかず
第1週	4	火	わかめごはん	ししゃもフライ・高野豆腐の炒り煮 金時豆煮・付け合せ野菜 サツマイモ蒸しパン
	5	水	ゆかりごはん	焼き魚・中華ボール ひじきの煮物・春雨サラダ フルーツゼリー
	6	木		
	7	金	しろごはん	酢豚・大根とイカの煮物 白和え・大豆の和風サラダ フルーツ
第2週	11	火	黒米ごはん	八宝菜・卵焼き ジャガイモのそぼろ煮・白菜と青菜のお浸し 黒胡麻ミルクゼリー
	12	水	しろごはん	高野豆腐の詰め煮・マカロニサラダ 五目大豆・カニカマの酢の物 大学芋
	13	木		
	14	金	雑穀ごはん	鯖の味噌煮・キンピラ・さつま芋と南瓜のサラダ・ 小松菜とちくわのポン酢おかか和え 黒糖蒸しパン
第3週	18	火	さつまいもごはん	ジャガイモと鶏団子の煮物・かき揚げ スパゲティサラダ・人参の梅海苔和え フルーツ
	19	水	ピリ辛のせごはん	梅シソとんかつ・大根のカニ餡かけ 南瓜の煮物・付け合せ野菜 人参ゼリー
	20	木		
	21	金	梅こんぶごはん	鳥肉と卵の煮物・ポテトサラダ 黒豆煮・揚げのおろし和え クリスマスケーキ
第4週	25	火	ちりめんかけごはん	春巻き・高野豆腐と椎茸の煮物 付け合せ野菜・青菜の胡麻和え バナナケーキ
	26	水	しろごはん	おでん・鮭のちよび揚げ おから煮 白玉胡麻餡
	27	木		
	28	金		お休み



## ご寄付のお願い

いつもご理解ご協力を頂き有難うございます。  
さて、**認定NPO法人として東京都に認可されました。**  
これからは確定申告控除用の領収証を発行できます。  
ぜひとも今年もご寄付にご協力いただけると幸甚です。

過日、皆さまにお願いしましたご寄付ですが、すでに **15** 人を超える方々から、寄付金が寄せられております。本当に本当にありがとうございました。

なお、下記目標まで、まだまだ募集しております。なにとぞご理解の上、ご協力賜れば幸甚です。

➤ 目標額 100 万円 人数100人以上

1. 厨房備品の整備 新しいお弁当箱の導入
2. 自立支援パソコンソフトの導入
3. ゆぎの里活動の宣伝を強める整備

認定 NPO 法人は、NPO 法人よりも一層「公益性のある団体である」ことが求められます。

- 広く一般から支持を受けているか
- その活動や組織運営が適正におこなわれているか
- より多くの情報公開が行われているか

引き続きPST基準(「3000円以上×100人」というものをクリアのために、なにとぞご協力をお願いいたします(ただし、この100人という意味は生計を一つにするものは一人と数える、役員及び役員と生計を一つにする者は除くとなっています)。



### 年末年始のお弁当のお届けについて

- **12月28日(金)～1月3日(木)**は、お弁当はお休みとさせていただきます。
- 年末のお弁当のお届けは**12月27日(木)**までで、年明けは**1月4日(金)**より開始します。  
皆様にはご迷惑をお掛けしますが、ご理解のほど宜しくお願いします。

### おべんとうのお問い合わせ・お申し込み先

TEL: 042-674-0151

10時～16時(留守番電話の時は、お名前とお電話番号をお知らせください)

\* 献立は仕入れの都合等により予告なく変更する場合があります