

2022年 5月 プログラム “街かどデイハウス” ひまわり栗生”

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
休	A 終日健康麻雀 B pm健康麻雀 C am麻雀教室 ぶっかけ豚ねぎ塩素麺 切り干し大根の具沢山スープ	憲法記念日	みどりの日	こどもの日	終日健康麻雀 大正琴 豚こまdeビビンバ丼 もやしのうま辛味噌スープ	休
8	9	10	11	12	13	14
休	A 終日健康麻雀 B am健康麻雀 C pm麻雀教室 あんかけ焼きそば キャベツと卵のごまヨサダ	pm運動教室	編み物 pm健康麻雀 豚こまもやしの春巻き キャベツのピクルス	①男性終日麻雀 ②女性終日麻雀 とろ玉高野豆腐 春雨サラダ	終日健康麻雀 am麻雀教室 pm健康麻雀 鶏肉となすのさっぱり煮 もやしの中華サラダ	休
15	16	17	18	19	20	21
休	A 終日健康麻雀 B pm健康麻雀 C am麻雀教室 野菜たっぷりうま塩パスタ 大根とツナのシャキシャキサラダ	pm運動教室	編み物 pm健康麻雀 pm卓球 豚こまと厚揚げのチリソース ブロッコリーサラダ	①男性終日麻雀 ②女性終日麻雀 ハンバーグ ポテトサラダ	終日健康麻雀 大正琴自主練 肉じゃが おひたし	休
22	23	24	25	26	27	28
休	A 終日健康麻雀 B am健康麻雀 C pm麻雀教室 じゃこと青のりの塩焼きご飯 人参の塩昆布ナムル	pm運動教室	編み物 pm健康麻雀 ササミのねぎ巻き梅照り焼き キャベ玉	①男性終日麻雀 ②女性終日麻雀 ネギ塩チキン キュウリと薩摩揚げのさっぱり煮	終日健康麻雀 am麻雀教室 pm健康麻雀 唐揚げ サラダ	休
29	30	31	 <p>ゴールデンウィークが始まり人の動きも多くなり感染の再拡大が心配です。みなさんおかわりないでしょうか。 感染者を出さないためにマスクの着用、手洗い(手指の消毒)の再徹底をお願いします。 なお、フェイスシールドについては、マスクほどの効果がないことから強制はしません。むしろマスクを外したときのおしゃべりのほうが要注意です。「黙食を」とはいいませんがご注意を。</p>			
休	A 終日健康麻雀 B pm健康麻雀 C am麻雀教室 厚揚げのネギ味噌煮 ピーマンとしらたきの和え物	pm運動教室				

●メニューは変更することがあります
☎ 729-7553