

2022年 6月 プログラム “街かどデイハウス” ひまわり粟生”

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			編み物 pm健康麻雀 pm卓球 薄揚げ衣のミンチカツ サラダ	①男性終日麻雀 ②女性終日麻雀 トマトと肉団子の甘酢あん レタスサラダ	終日健康麻雀 大正琴 ビビンバ丼 ワカメスープ	休
5	6	7	8	9	10	11
休	A 終日健康麻雀 B am健康麻雀 C pm麻雀教室 中華おこわ アスパラの春巻き	pm運動教室	編み物 pm健康麻雀 豆ご飯 そば寿司	①男性終日麻雀 ②女性終日麻雀 チキン南蛮 人参春雨	終日健康麻雀 pm健康麻雀 つくねの甘辛生姜焼き カボチャサラダ	休
12	13	14	15	16	17	18
休	A 終日健康麻雀 B pm健康麻雀 C am麻雀教室 鶏のオーロラソース しらたきピーマン	pm運動教室	編み物 pm健康麻雀 pm卓球 野菜たっぷりネギ餃子 チジミ	①男性終日麻雀 ②女性終日麻雀 そぼろ丼 きゅうりのシソ漬け	終日健康麻雀 大正琴自主練 餃子 白和え	休
19	20	21	22	23	24	25
休	A 終日健康麻雀 B am健康麻雀 C pm麻雀教室 ハンバーグ びっくり豆腐塩昆布チーズ	pm運動教室	編み物 pm健康麻雀 夏野菜のクロックケーキ タラモサラダ	①男性終日麻雀 ②女性終日麻雀 豚肉と茄子の炒め物 切り干し大根のサラダ	終日健康麻雀 pm健康麻雀 いわし揚げハンバーグ サラダ	休
26	27	28	29	30	6月、入梅、蒸し暑い季節に 心配なのが食中毒です。 コロナ感染予防と同様に 食中毒を発生させないよう 細心の注意をはらっています お昼の食事のお持ち帰りは ご遠慮いただきますよう ご協力ください。	
休	A 終日健康麻雀 B pm健康麻雀 C am麻雀教室 和風グラタン じゃがいもの味噌炒め	pm運動教室	編み物 pm健康麻雀 鶏肉とカボチャのカレーダレ トマトのおひたし	①男性終日麻雀 ②女性終日麻雀 厚揚げハンバーグ ポテトサラダ		

月曜日		木曜日	
A	終日健康麻雀	①	男性終日麻雀
B	半日健康麻雀	②	女性終日麻雀
C	半日麻雀教室	③	

●メニューは変更することがあります
 ☎ 729-7553