

2023年 3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 卓球	①男性終日麻雀 ②女性終日麻雀	終日健康麻雀 大正琴	休
			肉じゃが 小鉢二つ	チキンミートローフ しらたきピーマン	ちらし寿司 豆乳茶碗蒸し	
5	6	7	8	9	10	11
休	A 終日健康麻雀 B pm健康麻雀 C am麻雀教室 カルボナーラ シーザーサラダ	pm運動教室	編み物 pm健康麻雀 酢豚 小鉢二つ	①男性終日麻雀 ②女性終日麻雀 トマトシチュー ポテトサラダ	終日健康麻雀 am健康麻雀 pm健康麻雀 ロールキャベツ 小鉢二つ	休
12	13	14	15	16	17	18
休	A 終日健康麻雀 B am健康麻雀 C pm麻雀教室 おでん 大根ツナサラダ	pm運動教室	編み物 pm健康麻雀 卓球 豚団子のノルウェー風 小鉢二つ	①男性終日麻雀 ②女性終日麻雀 ミルフィーユカツ 白和え	終日健康麻雀 pm健康麻雀 カレー 小鉢二つ	休
19	20	21	22	23	24	25
休	A 終日健康麻雀 B pm健康麻雀 C am麻雀教室 つくね団子 小鉢二つ	春分の日 休	編み物 pm健康麻雀 pm運動教室 トンカツ 小鉢二つ	①男性終日麻雀 ②女性終日麻雀 玉葱の肉巻 おひたし	終日健康麻雀 am健康麻雀 pm健康麻雀 鶏胸のチキン南蛮 小鉢二つ	休
26	27	28	29	30	31	
休	A 終日健康麻雀 B am健康麻雀 C pm麻雀教室 カレー サラダ	pm運動教室	編み物 pm健康麻雀 お好み焼き 小鉢二つ	①男性終日麻雀 ②女性終日麻雀 山芋たっぷりお好み焼き れんこんの揚げ出し	終日健康麻雀 am健康麻雀 pm健康麻雀 キャベツバーガー 小鉢二つ	

		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