

2013年 8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
				健康マージャン ゆっくりんぐ体操	麻雀教室 パソコン教室 ゆっくりんぐ体操	休
				ささみのフライ 茄子のサラダ	鯖のあんかけ 春雨サラダ	
4	5	6	7	8	9	10
休	健康マージャン ゆっくりんぐ体操	休	パッチワーク 編み物 卓球	健康マージャン ゆっくりんぐ体操	麻雀教室 パソコン教室 ゆっくりんぐ体操	休
	天ぷら 野菜サラダ		マーボー茄子 きゅうりの酢の物	お弁当	白身魚のムニエル ポテトサラダ	
11	12	13	14	15	16	17
休	お盆休み					休
18	19	20	21	22	23	24
休	健康マージャン ゆっくりんぐ体操	休	パッチワーク 編み物 ウクレレ 卓球	健康マージャン ゆっくりんぐ体操 古文を読む	麻雀教室 パソコン教室 お誕生会	休
	豚の生姜焼き 菜っ葉の和え物		煮魚 たこの酢の物	カレーライス 青菜の卵とじ	赤飯 冷しゃぶ ピーマンの炒め物	
25	26	27	28	29	30	31
休	健康マージャン ゆっくりんぐ体操	休	編み物 A.M.絵手紙	健康マージャン ゆっくりんぐ体操 古文を読む	麻雀教室 パソコン教室	休
	南さんの料理		魚のホイル焼き キャベツのスープ	春巻き 豆腐とザーサイの 和え物	鮭と野菜炒め 茄子のそぼろ煮	

○メニューは変更することもあります

”ひまわり粟生” TEL 072-729-7553