

2014年 2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 千の風寄席  休
2	3	4	5	6	7	8
休	健康マージャン ゆっくりんぐ体操  煮魚 大根の煮物	休	編み物 ゆっくりんぐ体操 卓球  はんぺんの肉巻 人参のキンピラ	健康マージャン ゆっくりんぐ体操  長芋とエビのフリッタ 白菜の甘酢漬	麻雀教室 パソコン教室  鯖の煮付け 春雨サラダ	休
9	10	11	12	13	14	15
休	健康マージャン ゆっくりんぐ体操  ハヤシライス 野菜サラダ	休	編み物 ゆっくりんぐ体操  だし巻卵 大根とカキ汁	健康マージャン ゆっくりんぐ体操  肉豆腐 インゲンの和え物	麻雀教室 パソコン教室  豚の生姜焼き コールスローサラダ	休
16	17	18	19	20	21	22
休	健康マージャン ゆっくりんぐ体操  天ぷら 青菜の和え物	休	編み物 卓球 ウクレレ  照り焼きチキン 白菜のシーチキン煮	健康マージャン ゆっくりんぐ体操 古文を読む  魚のフライ 大根の煮物	麻雀教室 パソコン教室  鯖の磯部揚げ キンピラごぼう	休
23	24	25	26	27	28	
休	健康マージャン ゆっくりんぐ体操  焼き魚 筑前煮	休	編み物 絵手紙  お誕生会  肉団子の甘酢煮 レンコンサラダ	健康マージャン ゆっくりんぐ体操 古文を読む  ミネストローネ おかり場焼き	麻雀教室 パソコン教室  豚と大根煮 コンニャクの炒め煮	

○メニューは変更することもあります

”ひまわり粟生”Tel072-729-7553