

2014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	5	6	7
休	健康マーじゃん ゆっくりんぐ体操	休	パッチワーク 卓球	健康マーじゃん ゆっくりんぐ体操	麻雀教室 パソコン教室	休
	豆腐のあんかけ 南京の煮物		野菜の肉巻き キャベツの酢の物	梅シラスご飯 ナスの煮物	鯖の煮物 小松菜のベーコン 炒め	
8	9	10	11	12	13	14
休	健康マーじゃん ゆっくりんぐ体操	休	編み物 パッチワーク	健康マーじゃん ゆっくりんぐ体操	麻雀教室 パソコン教室	休
	煮魚 ナスの炒め物		マーボー豆腐 菜っ葉のお浸し	豚の生姜焼き さつまいも煮物	ハヤシライス 野菜サラダ	
15	16	17	18	19	20	21
休	健康マーじゃん ゆっくりんぐ体操	休	編み物 パッチワーク	健康マーじゃん ゆっくりんぐ体操	麻雀教室 パソコン教室	休
	魚のフライ 豆腐サラダ		ウクレレ 卓球	古えを読む	豚のオイスター炒め 春雨サラダ	
22	23	24	25	26	27	28
休	健康マーじゃん ゆっくりんぐ体操 お誕生会	休	編み物 パッチワーク 絵手紙	健康マーじゃん ゆっくりんぐ体操 古えを読む	麻雀教室 パソコン教室 健康チェック	休
	コロッケ きゅうりの酢の物		魚のホイル焼き 南京の煮物	かき揚げ丼 インゲンの和え物	魚の磯辺揚げ 青菜のお浸し	
29	30	健康チェックを受けましょう 27日2時より 診療所から来ていただいて検査をします ○血圧 ○骨密度 ○体脂肪 ○尿検査 どなたでもおいでください無料です				
休	健康マーじゃん ゆっくりんぐ体操	鶏の照り焼き ごぼうのサラダ				

○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