

2014年 7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
		休	パッチワーク 卓球 布ぞうり作り	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	休
			豚の生姜焼き ポテトサラダ	冷しゃぶ ほうれん草の 胡麻和え	カレーの煮付け なすびの和え物	
6	7	8	9	10	11	12
休	健康マージャン ゆっくりんぐ体操	休	編み物 パッチワーク	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	休
	筑前煮 冷奴		豆腐のあんかけ 焼きナス	鶏の梅肉風味 オクラの和え物	肉じゃが ナムル	
13	14	15	16	17	18	19
休	健康マージャン ゆっくりんぐ体操	休	ウクレレ パッチワーク 布ぞうり作り 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	休
	煮魚 なすびの炒め物		マーボーナス 切り干し大根煮	豚の生姜焼き 小松菜の中華風	冷やし中華 春巻き	
20	21	22	23	24	25	26
休	海の日	休	編み物 パッチワーク お誕生会	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
	休		鶏のトマト煮 小松菜の白和え	鯖の味噌煮 里芋の煮物	鮭のムニエル ポテトサラダ	
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 パッチワーク 絵手紙	健康マージャン ゆっくりんぐ体操		
	カレーライス 野菜サラダ		すき焼き風 きゅうりの酢の物	そばろ井 もやし炒め		

○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