

2014年 9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
31	1	2	3	4	5	6
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 布ぞうり作り 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
	筑前煮 ブロッコリーの おかか和え		鶏の照り焼き 青菜のお浸し	鯖のゆうあん焼き 揚げなす	かれーの煮付け 茄子の胡麻和え	
7	8	9	10	11	12	13
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
	カレーライス マカロニサラダ		魚のホイル焼き きゅうりの酢の物	カツオの煮物 豚の野菜炒め	肉団子の甘酢かけ キャベツのお浸し	
14	15	16	17	18	19	20
休	敬老の日 休	買い物 ツアー 能勢道の駅	編み物 ウクレレ 布ぞうり作り 卓球	健康マーじゃん ゆっくりんぐ体操 古きを読む	麻雀教室 パソコン教室 お誕生会	休
			野菜の肉巻 キンピラごぼう	肉豆腐 大根なます	鮭のから揚げ 小松菜の和え物	
21	22	23	24	25	26	27
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 絵手紙	健康マーじゃん ゆっくりんぐ体操 古きを読む	麻雀教室 パソコン教室	休
	天ぷら 中華サラダ		豚の生姜焼き ポテトサラダ	焼き鯖となすの ポン酢味 ほうれん草のお浸し	牛肉の柳川風 きのこの酢の物	
28	29	30				
休	健康マーじゃん ゆっくりんぐ体操	休				
	肉じゃが 茄子の胡麻和え					

○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