

2014年 12月プログラム 街かどデイハウス”ひまわり栗生”

日	月	火	水	木	金	土
	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 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
	コロツケ サラダ		鮭のムニエル ベーコンのキャベツ 炒め	白菜の煮物 焼き魚	魚のホイル焼き キンピラごぼう	
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 ウクレレ お誕生会	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	休
	クリームシチュウ キンピラごぼう		煮込みハンバーグ ポテトサラダ	肉じゃが とろろの酢の物	肉団子の甘酢 あんかけ インゲンの胡麻和え	
14	15	16	17	18	19	20
休	健康マーじゃん ゆっくりんぐ体操	休	編み物 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
	ロールキャベツ 焼き魚		鯛の照り焼き 大根なます	煮魚 がんとどきの煮物	鯖の塩焼き 小松菜のツナ和え	
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 古えを読む	麻雀教室 パソコン教室 クリスマス会	休
	粕汁 ほうれん草の 和え物		肉じゃが 青菜の胡麻和え	天ぷら お浸し	野菜の肉巻 きゅうりの酢の物	
28	29	30	31	来年は1月5日から開所いたします。 お元気で楽しいお正月をお迎えください また、来年もひまわり栗生でお会いしましょう		
休	冬 休 み					
						

○メニューは変更することもあります

”ひまわり栗生”TEL072-729-7553