

2015年 3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	健康マージャン ゆっくりんぐ体操 カラオケ	休	編み物 布ぞうり 卓球 ウクレレ	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
	煮魚 厚揚げと小松菜 の煮物		マーボー豆腐 キンピラごぼう	魚の照り焼き 菜の花の辛し和え	鮭のムニエル じゃが芋のきんぴら	
8	9	10	11	12	13	14
休	健康マージャン ゆっくりんぐ体操	休	編み物 ゆっくりんぐ体操	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
	カレーライス 野菜サラダ		魚のホイル焼き ポテトサラダ	白菜の旨煮 春巻き	牛肉の柳川風 キャベツの 胡麻和え	
15	16	17	18	19	20	21
休	健康マージャン ゆっくりんぐ体操	休	編み物 布ぞうり お誕生会 卓球	健康マージャン ゆっくりんぐ体操 古えを読む	麻雀教室 パソコン教室	休
	野菜の肉巻 ほうれん草の お浸し		赤飯 茶わん蒸し 煮魚	焼き魚 新じゃがの煮物	鯖の煮付け 長芋の磯部揚げ	
22	23	24	25	26	27	28
休	健康マージャン ゆっくりんぐ体操	休	編み物 絵手紙	健康マージャン ゆっくりんぐ体操 古えを読む	麻雀教室 パソコン教室	休
	焼き魚 筑前煮		鶏肉の炒め物 南瓜の煮物	三色ロールカツ 大根サラダ	肉じゃが 白菜のベーコン煮	
29	30	31				
休	健康マージャン ゆっくりんぐ体操	休				
	イカと里芋の煮物 温豆腐					

○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