


2017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
			布ぞうり p.m.卓球 p.m.運動教室 鶏肉とブロッコリーの カレークリーム煮 人参とリンゴのサラダ	健康マーじゃん p.m.認知症教室 豚肉の柳川風 きゅうりの酢の物	終日.健康麻雀 am.麻雀初心者教室 p.m.麻雀教室 茶巾ずし 里芋のあんかけ	休
5	6	7	8	9	10	11
休	健康マーじゃん パッチワーク カレーライス サラダ・スープ	休	am.編み物 p.m.運動教室 挽肉とキャベツのトマト煮 ポテトサラダ	健康マーじゃん ブリの焼き物 厚揚げと根菜煮物	終日.健康麻雀 am.麻雀初心者教室 p.m.麻雀教室 p.m.カラオケ コロッケ サラダ	休
12	13	14	15	16	17	18
休	健康マーじゃん ロールキャベツ 千切り大根・玉子焼	休	布ぞうり am.編み物 p.m.卓球 p.m.運動教室 トマトのさつま揚げ サラダ	健康マーじゃん ❀お誕生会 エンドウ豆ご飯 その他お楽しみ	終日.健康麻雀 am.麻雀初心者教室 p.m.麻雀教室 チンジャオロース かに玉	休
19	20	21	22	23	24	25
休	春分の日 休	休	am.編み物 ごまだれ魚ソテー もやしとニラの和え物	健康マーじゃん ポトフ風 カボチャサラダ	終日.健康麻雀 am.麻雀初心者教室 p.m.麻雀教室 p.m.カラオケ 煮魚 出し巻き玉子	休
26	27	28	29	30	31	
休	健康マーじゃん 煮魚 青菜の和え物	休	am.編み物 絵手紙 鶏肉と玉ねぎの 酢醤油煮 インゲンのごま和え	健康マーじゃん 鮭とじゃが芋の 唐揚げ ツナ入りゴママヨ	終日.健康麻雀 am.麻雀初心者教室 p.m.麻雀教室 あんかけ焼きそば 青菜のごま和え	

○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