

2020年 6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
	終日健康麻雀 pm麻雀教室 唐揚げ なすの南蛮ダシ	休	am～.編み物 pm.健康麻雀 pm.卓球 食事はありません	①男性終日麻雀 ②女性終日麻雀 豚肉のさっぱり煮 レタスの中華サラダ	終日健康麻雀 p.m.大正琴 豆ご飯 野菜の天ぷら	休
7	8	9	10	11	12	13
休	終日健康麻雀 pm麻雀教室 ふわとろムニ-お好み焼き 厚揚げとえのきの和風あん	休	am～.編み物 pm.健康麻雀 挽肉の胡麻風味焼き 野菜の酢の物	①男性終日麻雀 ③午後麻雀 鮭のムニエル 切り干大根ソース炒め	終日健康麻雀 pm麻雀教室 鶏と大葉のつくね かぼちゃサラダ	休
14	15	16	17	18	19	20
休	終日健康麻雀 pm麻雀教室 野菜たっぷりポトフ 厚揚げのピザ	休	am～.編み物 pm.健康麻雀 pm.卓球 魚のみぞれ餡かけ 大根ステーキ	②女性終日麻雀 ③午後麻雀 ミートボールクリームソース パプリカのマリネ	終日健康麻雀 大正琴自主練習 煮込みハンバーグ サラダ	休
21	22	23	24	25	26	27
休	終日健康麻雀 pm麻雀教室 白身魚フライ ツナポテト	休	am～.編み物 am～絵手紙 pm.健康麻雀 鶏の一口カツ サラダ	①男性終日麻雀 ②女性終日麻雀 酢豚風 糸コン揚げ煮	終日健康麻雀 pm麻雀教室 チキンナンパン 野菜の煮物	休
28	29	30	 <p>お久しぶりです！お元気でしたでしょうか？ いよいよ6月から再開です。 全てのプログラムを実施するにはもう少し時間がかかりそうですが、まずはできるところからです。 ※お願い ・朝・晩、体温を計ってくださいね ・ひまわりではマスク着用をお願いしますね。 ・食事前は必ず石けんで手をあらってくださいね</p>			
休	終日健康麻雀 pm麻雀教室 シューマイ 長芋のベーコン炒め	休				

●メニューは変更することがあります。 ☎729-7553