

4がつ

カフェ

みちくさ亭

4月号
2019.04.01
NPO 法人ケアラー
ネットみちくさ
04-7138-5062

日	月	火	水	木	金	土
	ワンドリンク ・うどん Day	ランチ&おしゃべり処				
1	13時～健康麻雀	2	3	4		6
		12時～看護相談 13時～健康麻雀		13時～健康麻雀		
8	13時～健康麻雀	9	10	11		13
		13時～健康麻雀		13時～健康麻雀		13時～介護 者同士の おしゃべり会
15	13:30～ リフレッシュ企画	16	17	18		20
		12時～栄養相談 13時～健康麻雀		13時～健康麻雀		
22	13時～健康麻雀	23	24	25		27
		12時～介護相談 13時～健康麻雀		13時～ 認知症本人会		13:30～ PC・スマホ レッスン
29	13時～健康麻雀	30				
		13時～健康麻雀				

リフレッシュ企画
折り紙を
使っての
こいのぼり作り

注文・問合せ 7138-5032まで

宅配弁当
始まります!!

500^円ランチ・弁当
4月 火～木曜日
メニュー

※メニューは変更する場合があります
※持ち帰り弁当は当日 12 時までの受付
※宅配弁当は月曜日 12 時までの受付
※宅配弁当は 1 つから配達しますが、1 箇所につき配達料は 50 円かかります
※宅配弁当は 10 個限定
※宅配弁当は逆井・藤心エリア地域限定
※弁当には味噌汁は付きません
※その他、集会などイベントの場合は要相談

第1週目
・豆腐のすき煮・春キャベツの甘酢ナムルサラダ・ジャガイモの明太マヨのせ・トマトとのりしょうゆ和え・人参ご飯・味噌汁・お汁粉

第2週目
・サバの竜田揚げ・にんじんとパプリカのマリネ・青菜のごま和え・ジャガイモからしマヨ和え・ご飯・味噌汁・ヨーグルト

第3週目
・塩麴肉じゃが・キャベツと青梗菜のポン酢お浸し・トマトサラダ・もやしとかにかまの粒マスタード和え・ご飯・味噌汁・ヨーグルト

第4週目
・揚げ鮭と里芋のみぞれ煮・ひじき煮・酢の物・春キャベツの卵炒め・酵素玄米ご飯・味噌汁・ヨーグルト

弁当見本

