

2020年2月

毎週金曜日10時からオープン♪

みやざきカフェ

♪伊勢に暮らす地域の方々が気軽に集い、交流できる場所♪

7日 ハンドメイド
『吊るし雛作り♪』
【参加費：500円】

14日 第11回 朗読会
『朗読の秋桜会』様による
素敵な大人の読み聞かせです♪
(抹茶と和菓子つき)
【参加費：500円】

21日 お菓子作り
『イチゴ大福♪』
【参加費：400円】

28日は
お休みとさせていただきます。
申し訳ございません。



2月27日(木) 認知症カフェあこや 開催します♪

場所:岡本3-5-18 時間:13時30分~15時30分 <参加費 300円>

お気軽に
お越し
ください♪



2月のランチメニュー 610円

*メニューは変更する場合がございます。

*デザートは栄養価に含みません。

| | | | | | |
|-----|-----------------------|-------------------------|-----------------|----------------------------|------------|
| 7日 | ごはん ほうれん草の 海苔和え | チキングラタン 味噌汁 | 里芋のあんかけ デザート | エネルギー - 500kcal 塩分 2.1g | タンパク質25.5g |
| 14日 | ごはん あらめの 酢味噌和え | 赤魚のフライ タルタルソース 吸物 | 長芋の白煮 デザート | エネルギー - 577kcal 塩分 2.4g | タンパク質21.5g |
| 21日 | ごはん 南瓜の酢の物 | 八宝菜 春雨スープ | 厚焼き玉子 デザート | エネルギー - 489kcal 塩分 1.4g | タンパク質18.6g |

お問い合わせ・ご予約は **TEL:20-5155へ** (伊勢市岡本3-5-18)