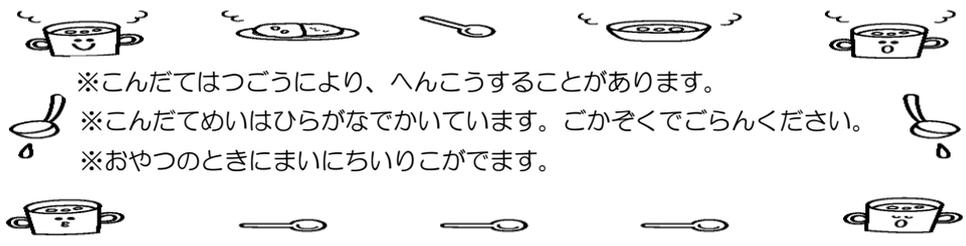




にち	ようび	ふくしょく	3じのおやつ	おやつ	びこう
1	げつ	せきはん さかなのかれーむにえる れたすのさっぱりさらだ みそしる	ふる一つもりあわせ	びすこ	おついたち
2	か	おやこどん きのこのてんぷら みにとまと しんごぼうすーぷ ばなな	わかあゆ	かりかりばん	
3	すい	※けんぼうきねんび※			
4	もく	※みどりのひ※			
5	きん	※こどものひ※			
6	ど	さらだすし あかだし ばなな きゅうにゅう			
7	にち				
8	げつ	かれーらいす ほうれんそうとっぴんぐ きゃべつのはれんちさらだ あまなつ	ペーろだんご	おにぎりせんべい	
9	か	さかなのごまみそやき すのもの れたす すましじる すいか	あんこかし	じゃむさんど	
10	すい	すきむすいとんじる ししゃもてんぷら おくらなっとう ねーぶる	きのこすばげてい	すていっくやさい	
11	もく	さばのしおやき たまねぎまりね さらだな きのごみそしる にんにくみそ ばなな	こめこぼんのはれんちとーすと	ふかしいも	
12	きん	ふたにくとたまねぎのしょうがやき すばげていさらだ みねすとろーね なっとう	ふる一つぜりー	まかろにあべかわ	
13	ど	たいぴーえん ぶろっこりーさらだ ばなな きゅうにゅう			
14	にち				
15	げつ	やきさかな ほとさらだ ほうれんそうみそしる とまと なっとう ねーぶる	しらすとごまのおにぎり	ばなな	
16	か	たんどりーちきん きゃべつのごまさらだ かぼちゃのとうにゅうみそしる あじのり	こーんぱん	ゆでたまご	
17	すい	さかなのうめに しんきゃべつのはーなっつあえ たまねぎたっぶりごじる すいか	さらだまき	かるしうむうえはーす	
18	もく	のっけどん はるさめさらだ すましじる ごーるどきうい	まかろにあべかわ	かんぱん	
19	きん	ればーのけちやっぶからめ とまと すなっぶえんどう しんたまねぎのみそしる ばなな	きびいりなっとうごはん	よーぐると	
20	ど	おやこおみりかい			
21	にち				
22	げつ	さかなのまよねーすやき きゃべつとしらすのすのもの とうふじる とまと	じゃーじゃーめん	こめこぼん	
23	か	まーぼーなす ばんさんすー とまと きりほしだいこんなっとう ばなな	ももぜりー	いりこ ちーす	
24	すい	たきこみおこわ さかなのくらっかーあげ すましじる すなっぶえんどう とまと すいか	おたのしみ	くっきー	たんじょうかい
25	もく	ぼーくちやっぶ かいそうさらだ やさいすーぷ なっとう きうい	うどんかりんとう	おれんじに	
26	きん	えびまよ ささみときゅうりのちゅうかあえ みにとまと たまごすーぷ	くろみつばなな	くらっかー	
27	ど	わかめうどん さらだ ばなな きゅうにゅう			
28	にち				
29	げつ	さかなのあまからに もやしのはなむる みそしる みねらるふりかけ きうい	よーぐると	むしじゃがいも	
30	か	とりなんばん とまと あすばら かみなりじる なっとう ばなな	きのこごはん	たまごぼーろ	
31	すい	ゆかりごはん がんもに かぼちゃのてんぷら きりほしだいこんさらだ すいか	ぶるーんいりほっとけーき	ざっこくとーすと	



※こんだてはつごうにより、へんこうすることがあります。  
 ※こんだてめいはひらがなでかいています。ごかそくでござんください。  
 ※おやつのときにまいにちいりこがです。