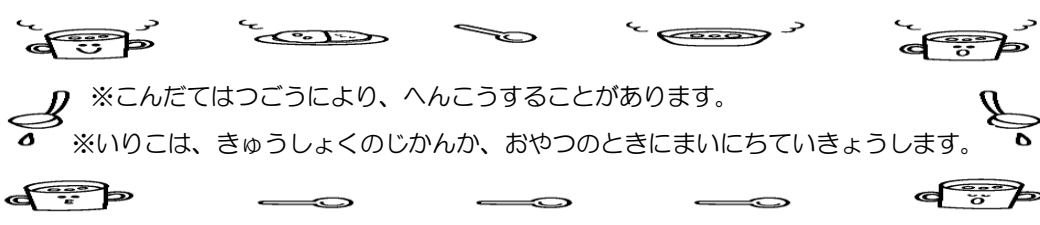




にち	ようび	ふくしょく	3じのおやつ	みまんじのおやつ	びこう
1	きん	せきはん さかなのみそに すごぼう いものてんぷら すましじる	ふなやき	ばなな	おついたち
2	ど	ませごはん みそしる りんご きゅうにゅう			
3	にち				
4	げつ	しいたげばーぐ こーん むしなす はくさいすーぷ なっとう	きのこすばげてい	かるしうむうえはーず	
5	か	すきやきふうにかいそうさらだ あじのり	ざぜんまめ	かんぱん	
6	すい	さかなのさいきょうやき ごもくきんぴら すましじる ぶどう	さんどいっち	むしさつまいも	
7	もく	がぶっとぼーく あちやらあえ こんさいのみそしる なっとう	あおのりぼてと	いりこ ちーず	
8	きん	さかなのかばやき あほかどさらだ とうにゅうすーぷ りんご	のりじゃこごはん	くらっかー	
9	ど	なすととまとのすばげてい こんさいすーぷ おれんじ きゅうにゅう			
10	にち				
11	げつ	まめとほうれんそうのかれー きゃべつとれーずんのさっぱりあえ おれんじ	げんまいふれーくよーぐると	かりかりらすく	
12	か	さくさくちきんかつ かみかみれんこんさらだ あかだし なっとう	かぼちゃのすこーん	いりこ こんぶ	
13	すい	とりじゃが きりぼしだいこんさらだ あじのり	きんときまめのあまに	せんべい	
14	もく	ごぼうとえびのかきあげ きゃべつのせんきり とうふorだいこんみそしる	こくとうむしばん	いものとうにゅうに	セレクト汁物
15	きん	しおしゃけ ごまあえ けんちんじる ぶどう	なっとうおやき	とうにゅうぐると	
16	ど	ごもくちゃーはん ちゅうかすーぷ ばなな むぎちゃ			
17	にち				
18	げつ	※けいろうのひ※			
19	か	まーぼーなす ちゅうかあえ ちゅうかたまご とまと ぶどう	いもてん	じゃむさんど	
20	すい	くりおこわ さかなのてんぷら もりあわせさらだ そーめんじる りんご ぜりー	☆おたのしみ☆	ごませんべい	たんじょうかい
21	もく	こんさいにしめ さにーれたす たまごすーぷ なっとう	ばななくろみつきなこ	すていっくにんじん	
22	きん	しゃけのかれーむにえる はくさいのごまあえ とんじる あじのり	△せれくとおにぎり△	ぼーろ	
23	ど	※しゅんじゅんのひ※			
24	にち				
25	げつ	さかなのみぞれやき ひじきに すましじる なっとう	こめこさぶれ	ばなな	
26	か	ゆばがんものだしに やさいのじゃこいため てんぷらもりあわせ ばなな	2しょくおはぎ	おれんじ	おひがん
27	すい	とりのしおこうじやき ぴーなっつあえ みそしる なっとう なし	きらすあげ	びるーんよーぐると	
28	もく	さかなのばーベきゅーそーす しるばーさらだ かぼちゃのとうにゅうすーぷ	ふかしいも	やさいすていっく	
29	きん	わかめごはん がめに ぶろっこりーさらだ みにとまと	しらすとちーずぱん	まかろにあべかわ	
30	ど	きつねうどん あえもの ばなな きゅうにゅう			



※こんだてはつごうにより、へんこうすることがあります。
 ※いりこは、きゅうしょくのじかにか、おやつのときにまいにちていきょうします。