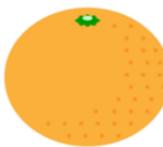


		げつようび		かようび		すいようび		もくようび		きんようび		どうようび						
あひ								1		2		3						
おひる								おやすみ		おやすみ		おやすみ						
おやすし																		
あひ	5	ぎゅうにゅう、くだもの		6	ぎゅうにゅう、くだもの		7	ぎゅうにゅう、くだもの		8	ぎゅうにゅう、くだもの		9	ぎゅうにゅう、くだもの		10	ぎゅうにゅう、くだもの	
おひる		ごはん、すーぷ（こーん・わかめ）、つなかれー、だいこんちゅうかあえ、くだもの		ごはん、みそしる（だいこん・ふ）、だいすとりにくのにも、ぶろっこりーしょうがあえ、くだもの		わかめごはん、みそしる（たまねぎ・まいだけ）、とりにくのしおからあげ、こまつなつなあえ、くだもの		ごはん、みそしる（かぶ・ほうれんそう）、ほっけのいそべやき、かわりきんぴら、くだもの		ごはん、みそしる（はくさい・なまあげ）、びびんば、きゃべつこーんあえ、くだもの		みそらーめん、かぼちゃのさらだ、くだもの						
おやすし		よーぐると、おかしもりあわせ		ぎゅうにゅう、さけわかめおにぎり		ぎゅうにゅう、ななくさうどん		ぎゅうにゅう、めろんぱん		ぎゅうにゅう、あおのりぼてと		ぎゅうにゅう、おかしもりあわせ						
あひ	12			13	ぎゅうにゅう、くだもの		14	ぎゅうにゅう、くだもの		15	ぎゅうにゅう、くだもの		16	ぎゅうにゅう、くだもの		17	ぎゅうにゅう、くだもの	
おひる		せいじんのひ 		ごはん、みそしる（はくさい・ふのり）、とうふのつなやき、きりぼしだいこんに、くだもの		ごはん、みそしる（わかめ・だいこん）、とりにくのかれーやき、だいすのころころさらだ、くだもの		ふりかけごはん、みそしる（にんじん・なまあげ）、さつまあげ、ほうれんそうおかかあえ、くだもの		ごはん、みそしる（きゃべつ・えのき）、ふたにくばーベきゅーそーす、ぶろっこりーちーすおかかごまあえ、くだもの		みそらーめん、かぼちゃのさらだ、くだもの						
おやすし				ぎゅうにゅう、きなこまかろに		ぎゅうにゅう、つなこんぶおにぎり		ぎゅうにゅう、ちーすとーすと		ぎゅうにゅう、すいーとぼてと		ぎゅうにゅう、おかしもりあわせ						
あひ	19	ぎゅうにゅう、くだもの		20	ぎゅうにゅう、くだもの		21	ぎゅうにゅう、くだもの		22	ぎゅうにゅう、くだもの		23	ぎゅうにゅう、くだもの		24	ぎゅうにゅう、くだもの	
おひる		ごはん、すーぷ（こーん・わかめ）、さつまいもかれー、ひじきのさらだ、くだもの		ごはん、みそしる（だいこん・ふ）、だいすとりにくのにも、ぶろっこりーしょうがあえ、くだもの		《たんじょうかい》おせきはん、すましじる（そうめん・にんじん）、とりにくのからあげ、はるさめさらだ、くだもの		ごはん、みそしる（かぶ・ほうれんそう）、ほっけのいそべやき、かわりきんぴら、くだもの		ごはん、みそしる（はくさい・なまあげ）、びびんば、きゃべつこーんあえ、くだもの		かしわうどん、さつまいもさらだ、くだもの						
おやすし		ますかっとぜりー、おかしもりあわせ		ぎゅうにゅう、めろんぱん		ぎゅうにゅう、よーぐるとけーき		ぎゅうにゅう、さけわかめおにぎり		ぎゅうにゅう、ぴざとーすと		ぎゅうにゅう、おかしもりあわせ						
あひ	26	ぎゅうにゅう、くだもの		27	ぎゅうにゅう、くだもの		28	ぎゅうにゅう、くだもの		29	ぎゅうにゅう、くだもの		30	ぎゅうにゅう、くだもの		31	ぎゅうにゅう、くだもの	
おひる		ごはん、みそしる（はくさい・ふのり）、いためなっとう、はるさめさらだ、くだもの		ごはん、みそしる（こまつな・まいだけ）、ほっかいがきあげ、きゃべつつなあえ、くだもの		ごはん、みそしる（わかめ・だいこん）、とりにくのかれーやき、だいすのころころさらだ、くだもの		ふりかけごはん、みそしる（にんじん・なまあげ）、さつまあげ、ほうれんそうおかかあえ、くだもの		ごはん、みそしる（きゃべつ・えのき）、ふたにくばーベきゅーそーす、ぶろっこりーちーすおかかごまあえ、くだもの		かしわうどん、さつまいもさらだ、くだもの						
おやすし		ぎゅうにゅう、じゃむさんど		ぎゅうにゅう、きなこまかろに		ぎゅうにゅう、つなこんぶおにぎり		ぎゅうにゅう、あおのりぼてと		ぎゅうにゅう、すいーとぼてと		ぎゅうにゅう、おかしもりあわせ						
		<p>こんげつのテーマ：なんでもよくたべて、さむいふゆにまけずにすごしましょう。</p> <p>【しゅんのしょくざい】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ごぼう </li> <li>・みかん </li> </ul>																