



1がつ

もりつけひょう



月

火

水

木

金



12

ぎゆうにゆう

とりのごまみそゆき
かわりきんぴら



15

ぎゆうにゆう

りんご

ごもくはるさめ
スープ

さばのこがねやき
ジャンバラヤ

16

ぎゆうにゆう

こくとうむしパン

あげギョウザ

しおナムル

にこみうどん

17

ぎゆうにゆう

だいこんサラダ

ふくじんづけ
チキンカレー

18

ぎゆうにゆう

はなみかん

フレンチ
サラダ

とんかつ

ミネストローネスープ
コッペパン

19

はっこうにゆう

ちくわのいそべあげ

わかめ
ごはん

だいたい
うまに

22

ぎゆうにゆう

わかめスープ

ピビンバ

23

ぎゆうにゆう

こがたロールパン

あんぱん
どうふ

かたやきそば

24

ぎゆうにゆう

まぐろとだいたいの
チリソース
ちゅうかサラダ

ごはん
ワンタン
スープ

25

ぎゆうにゆう

りんご

ホワイト
シチュー

ミルクパン

シーザー
サラダ

26

はっこうにゆう

ぶたにくのピリからやき

かしわ
めし

どさんこ
じる

29

ぎゆうにゆう

はっぼうさい

あげじゃがいも
ごはんのそぼろに

30

ぎゆうにゆう

コールスロー
サラダ

ミートソース

ソフトめん

31

ぎゆうにゆう

みかん
しろみぎかなの
なんばんづけ

だいこんは
ごはんにくじゃが

