



げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび
<p>30</p>	<p>31</p>	<p>1 すきやきふうふらい</p> <ul style="list-style-type: none"> きりぼしだいごんに みかんかん えらべるしゅしよく ・ごはん (ばん) (うどん) 	<p>2 さらだすてーき</p> <ul style="list-style-type: none"> びーふんいため ばいんかん えらべるしゅしよく ・ごはん (ばん) (うどん) 	<p>3 ぶんかのひ</p> <p>おやすみ</p>
<p>6 にくじゃが</p> <ul style="list-style-type: none"> おこのみやき みにぜりー えらべるしゅしよく ・ごはん (ばん) (うどん) 	<p>7 ひれかつ、 たこちゃんういんなー</p> <ul style="list-style-type: none"> なすに ももかん えらべるしゅしよく ・ごはん (ばん) (うどん) 	<p>8 はんぱーぐ</p> <ul style="list-style-type: none"> とうがんに ばいんかん えらべるしゅしよく ・ごはん (ばん) (うどん) 	<p>9 ころっけ</p> <ul style="list-style-type: none"> たけのこいため りんごかん えらべるしゅしよく ・ごはん (ばん) (うどん) 	<p>10 ほたてふうみかつ</p> <ul style="list-style-type: none"> きりぼしだいごんに みかんかん えらべるしゅしよく ・ごはん (ばん) (うどん)
<p>13 やきとり</p> <ul style="list-style-type: none"> きんぴらごぼう ももかん えらべるしゅしよく ・ごはん (ばん) (うどん) 	<p>14 しろみふらい</p> <ul style="list-style-type: none"> はくさいいため みにぜりー えらべるしゅしよく ・ごはん (ばん) (うどん) 	<p>15 かれー</p> <ul style="list-style-type: none"> ちきんなげつと りんごかん えらべるしゅしよく ・ごはん (ばん) (うどん) 	<p>16 こんさいつくね</p> <ul style="list-style-type: none"> ちんげんさいいため かぼちゃに えらべるしゅしよく ・ごはん (ばん) (うどん) 	<p>17 とりにくのやはたまき、 えびふらい</p> <ul style="list-style-type: none"> まめさらだ ばいんかん えらべるしゅしよく ・ごはん (ばん) (うどん)
<p>20 とりたつた</p> <ul style="list-style-type: none"> れんこんいため みかんかん えらべるしゅしよく ・ごはん(わかめごはん) (ばん) (うどん) 	<p>21 はんぱーぐ</p> <ul style="list-style-type: none"> まかろにいため りんごかん えらべるしゅしよく ・ごはん (ばん) (うどん) 	<p>22 いかやさいかつ</p> <ul style="list-style-type: none"> きゅうりさらだ ももかん えらべるしゅしよく ・ごはん (ばん) (うどん) 	<p>23 きんろうかんしゃのひ</p> <p>おやすみ</p>	<p>24 ささみふらい</p> <ul style="list-style-type: none"> かりふらわーいため さといもに えらべるしゅしよく ・ごはん (ばん) (うどん)
<p>27 さーもんふらい</p> <ul style="list-style-type: none"> まめに ふるーつぽんち えらべるしゅしよく ・ごはん (ばん) (うどん) 	<p>28 とりにくの いそべからあげ</p> <ul style="list-style-type: none"> ほうれんそういため ばいんかん えらべるしゅしよく ・ごはん (ばん) (うどん) 	<p>29 めんちかつ</p> <ul style="list-style-type: none"> ひじきに みにぜりー えらべるしゅしよく ・ごはん (ばん) (うどん) 	<p>30 はるまき、 かにしゅうまい</p> <ul style="list-style-type: none"> たけのこいため みかんかん えらべるしゅしよく ・ごはん (ばん) (うどん) 	<p>1</p>