



げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび
28 	29 	30 	31 	1 ほたてふうみかつ <ul style="list-style-type: none"> ● ちんげんさいいため ● ももかん ● えらべるしゅしよく ・ごはん (ばん) (うどん)
4 ふりかえきゅうじつ <p>おやすみ</p>	5 すきやきふうころっけ <ul style="list-style-type: none"> ● こうやどうふに ● ぶちけーき ● えらべるしゅしよく ・ごはん (ばん) (うどん) 	6 ぎゅうにくいため <ul style="list-style-type: none"> ● ちきんなげつと ● ばいんかん ● えらべるしゅしよく ・ごはん (ばん) (うどん) 	7 さらだすてーき <ul style="list-style-type: none"> ● じゃがいもいため ● みにぜりー ● えらべるしゅしよく ・ごはん (ばん) (うどん) 	8 みそかつ <ul style="list-style-type: none"> ● きりぼしだいこんいため ● かぼちゃに ● えらべるしゅしよく ・ごはん (ばん) (うどん)
11 からあげ <ul style="list-style-type: none"> ● なすいため ● りんごかん ● えらべるしゅしよく ・ごはん (ばん) (うどん) 	12 えびふらい、 たこちゃんういんなー <ul style="list-style-type: none"> ● ひじきに ● みかんかん ● えらべるしゅしよく ・ごはん (ばん) (うどん) 	13 とうふはんぱーぐ <ul style="list-style-type: none"> ● きんぴらごぼう ● みにぜりー ● えらべるしゅしよく ・ごはん (ばん) (うどん) 	14 ちきんかつの とまとそーす <ul style="list-style-type: none"> ● だいこんに ● ももかん ● えらべるしゅしよく ・ごはん (ばん) (うどん) 	15 にくじゃが <ul style="list-style-type: none"> ● たまごろーる ● ばいんかん ● えらべるしゅしよく ・ごはん (わかめごはん) (ばん) (うどん)
18 びーふすとろがのふ <ul style="list-style-type: none"> ● しゅうまい ● みにぜりー ● えらべるしゅしよく ・ごはん (ばん) (うどん) 	19 いかめんちかつ <ul style="list-style-type: none"> ● きのこいため ● りんごかん ● えらべるしゅしよく ・ごはん (ばん) (うどん) 	20 はむかつ <ul style="list-style-type: none"> ● ちんげんさいいため ● ぶちけーき ● えらべるしゅしよく ・ごはん (ばん) (うどん) 	21 はんぱーぐ <ul style="list-style-type: none"> ● ごぼういため ● かぼちゃに ● えらべるしゅしよく ・ごはん (ばん) (うどん) 	22 はるまき、 かにしゅうまい <ul style="list-style-type: none"> ● じゃがいもいため ● ふるーつぽんち ● えらべるしゅしよく ・ごはん (ばん) (うどん)
25 ひれかつ、 からあげ <ul style="list-style-type: none"> ● かりふらわーいため ● ももかん ● えらべるしゅしよく ・ごはん (ばん) (うどん) 	26 ころっけ <ul style="list-style-type: none"> ● たけのこいため ● ばいんかん ● えらべるしゅしよく ・ごはん (ばん) (うどん) 	27 てんぷら <ul style="list-style-type: none"> ● こうやどうふに ● りんごかん ● えらべるしゅしよく ・ごはん (わかめごはん) (ばん) (うどん) 	28 こんさいつくね <ul style="list-style-type: none"> ● なすいため ● みかんかん ● えらべるしゅしよく ・ごはん (ばん) (うどん) 	29 めんちかつ <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)