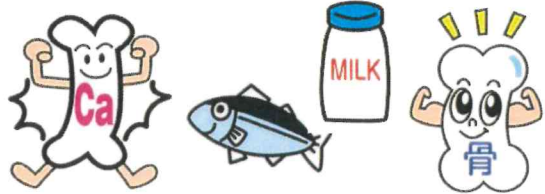
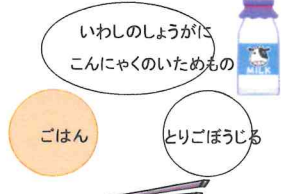
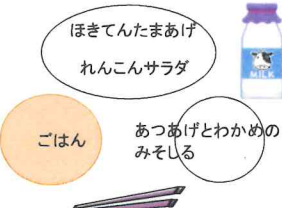
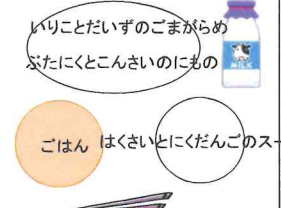
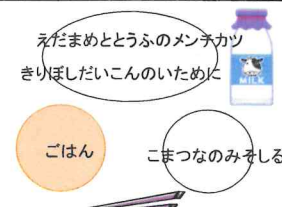
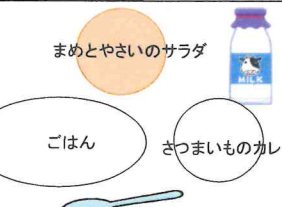
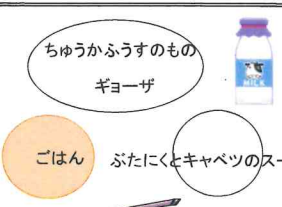
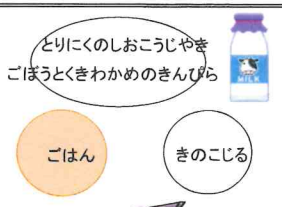
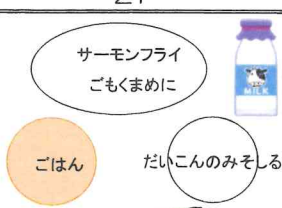
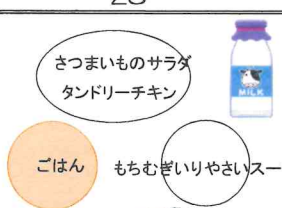


月	火	水	木	金
		1	2	3 (ぶんかのひ)
		いわしのしょうがに こんにやくのいためもの ごはん とりごぼうじる 	やさいのおひたし ぶたにくのんにく しょうゆいため ごはん うおそうめんじる 	 文化の日
6	7	8	9	10
ほきてんたまあげ れんこんサラダ ごはん あつあげとわかめ のみそじる 	ごぼうとこまつなのサラダ てりやきチキン ごはん かぶのスープ 	いりことだいのごまがらめ ぶたにくとこんにゃくのにももの ごはん はくさいとにくだんごのスープ 	やさいのいそかあえ はるまき ごはん ちゅうかスープ 	いわしのうめに やさいのこんぶあえ ごはん いもに 
13	14	15	16	17 (おたんじょうこんで)
えだまめとうふのメンチカツ きりぼしだいこんのいために ごはん こまつなのみそじる 	まめとやさいのサラダ ごはん さつまいものカレー 	ぶたにくのしょうがいため やさいのうめおかかあえ ごはん のっぺいじる 	さかなのしおやき やさいのごまずあえ ごはん たまごともずくのスープ 	あおりんごゼリー かいそうサラダ とりにくのからあげ ミルクパン ポトフ 
20	21	22	23 (きんろうかんしゃのひ)	24
ちゅうかふうすのもの ギョーザ ごはん ぶたにくとキャベツのスープ 	とりにくのしおこうじやき ごぼうとくわかめのきんぴら ごはん きのかじる 	さばのたつたあげ やさいのごまあえ ごはん さわにわん 		あつやきたまご ひじきのいために ごはん ごまじる 
27	28	29	30	歯を大切にしよう
サーモンフライ ごもくまめに ごはん だいこんのみそじる 	さつまいものサラダ タンドリーチキン ごはん もちもぎいりやさいスープ 	もやしのあえもの ぶたキムチどんぐり ごはん たまごスープ 	やさいソーテー ハンバーグ ごはん はるさめスープ 	