














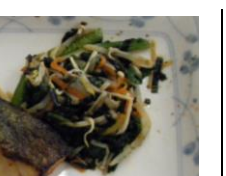





















2日 (げつ)	 おやこどん	 ちぐさあえ	 みそしる	 りんご	 ぎゅうにゅう	
3日 (か)	 ごはん	 はっほうどうふ	 ばんばんじーさらだ	 ちゅうかすーぶ	 ぎゅうにゅう	
4日 (すい)	 あげばん	 とりにくのばーべきゅーそーす	 のりしおこぶきいも	 かいそうさらだ	 やさいすーぶ	 ぎゅうにゅう
5日 (もく)	 ごはん	 さかなのさいきょうやき	 のりあえ	 きりぼしだいこんのもの	 みそしる	 ぎゅうにゅう
6日 (きん)	 すばげていなぼりたん	 おにおんどれしんぐさらだ	 かくぎりやさいのすーぶ	 みかん	 ぎゅうにゅう	

9日						
(げつ)	じゃんばらや	こまつなさらだ	しろいんげんのぼたーじゆ	りんご	ぎゅうにゆう	
10日						
(か)	ごはん	まーぼーなす	やさいのちゅうかだれ	ちゅうかふうこーんすーぶ	ぎゅうにゆう	
11日						
(すい)	くろごとうばん	さけのくりーむそーす	にんじんぐらっせ	こーるするーさらだ	やさいすーぶ	ぎゅうにゆう
12日						
(もく)	ごはん	なまあげのいために	やさいのごますあえ	さつまじる	ぎゅうにゆう	
13日						
(きん)	いかしおやきそば	ぼてとさらだ	ちゅうかすーぶ	ふるーつかん	ぎゅうにゆう	

16日 (げつ)						
	ごはん	さかなのからあげわふうそーす	ごまあえ	あぶらあげいりやさしいため	みそしる	ぎゅうにゅう
17日 (か)						
	ぶるこぎどん	ごまくりーおどれっしんぐさらだ	ちゅうかすーぶ	かるびすぜりー	ぎゅうにゅう	
18日 (すい)						
	ぶどうばん	つなぼてとおむれつ	ぐりーんさらだ	どうにゅうすーぶ	ぎゅうにゅう	
19日 (もく)						
	ふゆやさいかれーらいす	おかかさらだ	やさいすーぶ	みかん	ぎゅうにゅう	
20日 (きん)						
	ほうとう	あしたばのつなあえ	みつまめ	ぎゅうにゅう		

12がつ23にち～12がつ24にちのこんだて

*しいわのついで、しよくさいやこんだてはかわるごうがあります。

23日 (げつ)	 ごはん	 ちゅうかふうたまごやき	 おかかぼと	 なむる	 ごもくちゅうかすーぶ	 ぎゅうにゅう
24日 (か)	 かれーびらふ	 ふれんちさらだ	 みねすとろーねすーぶ	 ぶりん	 ぎゅうにゅう	