



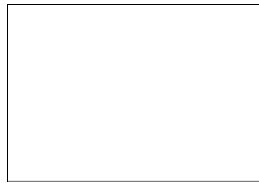

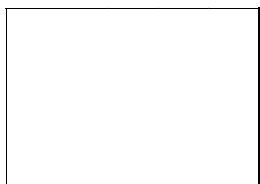


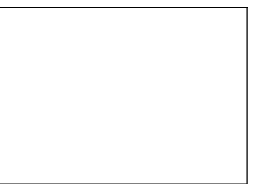





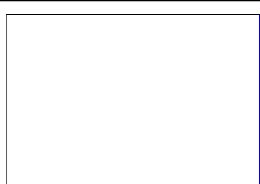














































6日						
(げつ)						
7日						
(か)						
8日						
(すい)						
9日						
(もく)	ななくぎごはん	なまあげのみそだれやき	のりあえ	いもにじる	さっかみかん	ぎゅうにゅう
10日						
(きん)	ちきんとまとすばげてい	おにおんどれっしんぐさらだ	せんざりやさいすーぶ	りんご	ぎゅうにゅう	

13日						
(げつ)						
14日						
(か)	かいかどん	ちぐさあえ	みそしる	あろえぐれーぶかん	ぎゅうにゆう	
15日						
(すい)	はいがぱん	ぼーくびーんず	まかにさらだ	かくぎりやさいずーぶ	ぎゅうにゆう	
16日						
(もく)	ごはん	さかなのこうみやき	おかかあえ	こうやどうふとやさいのもの	かきたまじる	ぎゅうにゆう
17日						
(きん)	そーすやきそば	なむる	とうにゆうすーぶ	みかん	ぎゅうにゆう	

20日						
(げつ)	じゃことたかなのちゃーはん	ゆかりあえ	ごもくちゅうかすーぶ	あんにんどうふ	ぎゅうにゅう	
21日						
(か)	ごはん	さかなのさざれやき	ごまあえ	ごもくひじき	みそしる	ぎゅうにゅう
22日						
(すい)	こっぺぱん	ぼてところっけ	かれーふうみさらだ	みねすとろーねすーぶ	ぎゅうにゅう	
23日						
(もく)	ごはん	なまあげときゃべつのみそいため	はるさめさらだ	ちゅうかすーぶ	ぎゅうにゅう	
24日						
(きん)	とんじるうどん	やさいのごますあえ	ふるーつよーぐると	ぎゅうにゅう		

27日						
(げつ)	ちきんかれーrais	おかかさらだ	やさいすーぶ	りんご	ぎゅうにゅう	
28日						
(か)	ごはん	まつかぜやし	ゆずほんあえ	きりぼしだいこんのもの	みそしる	ぎゅうにゅう
29日						
(すい)	せさみばん	きっしゅふうたまごやし	ふれんちさらだ	やさいのかれーすーぶ	ぎゅうにゅう	
30日						
(もく)	ふかがわめし	あしたばのつなあえ	ちゃんこじる	くろごまみるくぜりー	ぎゅうにゅう	
31日						
(きん)	みーとそーすすばげてい	こーるすろーさらだ	やさいすーぶ	りんご	ぎゅうにゅう	