

月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6
<p>ちゅうがふう ほろめめらだ</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>ちんじやが 3-す</p> <p>もすくの みそしる</p> <p>ごはん</p>	<p>りんごじやえ</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>もせしのかりかり じやこあえ</p> <p>なすとよとの あはけつてい</p> <p>こっパはん</p>	<p>かみかみ つくだに</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>いんげんと つなのまらだ</p> <p>おすやき ぶうに</p> <p>ごはん</p>	<p>たじりのまごめ やさしいち</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>さけのしおやき</p> <p>じやがはちの みそしる</p> <p>ごはん</p>	<p>きりほしだいの しらすあえ</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>ぶたにくと たまごのいために</p> <p>ほくさいとしめじの すましじる</p> <p>ごはん</p>	<p>きりぼつと こーんのす-ぶ?</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>けちやっぶ らけ</p> <p>ふたどん</p>
8	9	10	11	12	13
<p>だいすり あまからに</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>さほの しおやき</p> <p>とうふの すましじる</p> <p>ごはん</p>	<p>ももせりー</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>ひびきまらだ</p> <p>まけごはん</p> <p>にくがほちや</p>	<p>しゅうまい</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>ちゅうがふう ほろめめ たきこみごはん す-ぶ?</p>	<p>ほんな</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>ぶたにくと きのこのす-ぶ?</p> <p>ひびきちや-はん</p>	<p>かほちやのみそしる</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>ひびきまらだ ごはん</p>	<p>ほくさいのす-ぶ?</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>ふたどん</p>
15	16	17	18	19	20
<p>ごもくうまに</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>うめじこ ごはん</p> <p>やさい ら-めん</p>	<p>パレなむふう ぶた-</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>はひんせりー ぶたにくとたまごの いために</p> <p>だいにんこ すましじる</p> <p>かたしはん</p> <p>せかいの ごはん</p>	<p>ほうれんそうの ごよみそあえ</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>ちゅうがふう ごはん</p> <p>にくじやが</p>	<p>ぶらうこーの おががあえ</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>とりにくの からあげ</p> <p>ごはん</p> <p>まいたけの みそしる</p>	<p>くまがかり きんぴら</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>さけらの まひきよやき</p> <p>ごはん</p> <p>こっなの すましじる</p>	<p>おはんじ けんたんす-ぶ?</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>ちゅうがどん</p>
22	23	24	25	26	27
<p>ほろめと もせしの いために</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>ちきんかつ</p> <p>たけのこの す-ぶ?</p> <p>ごはん</p>	<p>ほいりやまの さらだ</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>ほんぼく (とまとそ-す)</p> <p>こっパはん</p> <p>ほとぶ</p>	<p>けんちんじる</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>ちやきどん</p>	<p>だいにんさらだ</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>なつたま かじ</p>	<p>ふりかけ</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>やきむ-ふん</p> <p>ちやんぶらう す-ぶ?</p> <p>ごはん</p>	<p>にらのす-ぶ?</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>からぶらどん</p>
29					
<p>きりぼつ あますあえ</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>とりにくの ていやき</p> <p>たぬきじる</p> <p>ごはん</p>	<p>いんげんの ごまあえ</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>ぶらうこ ご</p> <p>ごはん</p> <p>かきたまじる</p>				
					<p>いただきますの まえに てをあらおう</p>