2ねんど

212/	いこ	3 17. 1		CILICUA			はいくんん
υ	よ	ーノゼマゆい	ざいりょうめい			おやつ	
	う	こんだてめい	ねつとちからになるもの	ちやにくになるもの	からだのちょうしをととのえるもの	ごぜん	ごご
		さかなのあまずあんかけ	みるくろーる こむぎこ	しろみざかな	あかぴーまん たまねぎ しめじ	おちゃ	かんきつるい
2	か	ゆいみーたん	かたくりこ さとう	ぎゅうにゅう	たけのこ さやいんげん はねぎ	くっきー	おかき
		みるくろーる	あぶら		ねぶかねぎ くりーむこーん		
	す	なのはなのちらしずし	こめ さとう	あぶらあげ きざみのり	かんぴょう にんじん なばな	ぎゅうにゅう	おちゃ
3	ا ا	ちきんかつ	こむぎこ ぱんこ	とりささみ とうふ	ほししいたけ もやし	ちーずがし	いがまんじゅう
	VΊ	すましじる ごはん	あぶら ふ	なまわかめ	たまねぎ はねぎ		
	も	にくどうふ	こめ さとう	ぶたももにく	はくさい にんじん えのきたけ	おちゃ	ぎゅうにゅう
4	2	あわせみそしる	いとこんにゃく	やきどうふ	ねぶかねぎ たまねぎ	ぷりん	★まーぶるけーき
		ごはん		なまわかめ	だいこん はねぎ		
_	*	くらむちゃうだー	こっぺぱん ばたー さとう	あさり ベーこん	たまねぎ にんじん	おちゃ	ぎゅうにゅう
5	きん	はむさらだ	しろごま こむぎこ	すきむみるく	ぐりんぴーす きゃべつ	しおせんべい	★ ふのらすく
	ľ		じゃがいも さらだあぶら	ろーすはむ	こーん ぱせり	+\+-	- in the
6	(4)	【かぞくふれあいのひ】		24+1121+		おちゃ おかし	
6	تلے	ふれあいらんち *おにぎりがいります				83/J· U	
		フげフはんごの	こめ むぎ さとう	1-1071 + 1-1	ぐりんぴーす だいこん	+\+-	
8	げ	そぼろどんぶり	かたくりこ あぶら	とりひきにく たまご なまあげ	えのきたけ にんじん	おちゃ	ぎゅうにゅう
0	つ	いなかじる		たまこ なまめけ よーぐると		ぽんせんべい	★とうふどーなつ
	-	よーぐると _{むぎごはん} にざかな	さといも こめ さとう	さかな なまあげ	はねぎ しょうが だいこん	おたゅ	ギルスにょる
9	か	のっぺいじる	さといも かたくりこ	あぶらあげ ちくわ	にんじん ほうれんそう	おちゃ あられ	ぎゅうにゅう しおせんべい
	13	カー ず ごはん		5-ず	はねぎ	W511	003 670, 101
		【つき:えんそく】	こめ あぶら さとう	とうふ	にんにく しょうが にんじん	ぎゅうにゅう	 おちゃ
10	す	まーぼーどうふ	かたくりこ ごまあぶら	ぶたひきにく	たまねぎ はねぎ もやし	うえはーす	ちーずすこーん
	61	ばんさんすう ごはん		3-すはむ	みかん きゅうり	ン人IG 9	·J 99C 10
		【たんじょうかい】	こめ あぶら	しろみざかな たまご	たまねぎ にんじん こーん	ぎゅうにゅう	こうちゃ
١	# .	からふるちゃーはん	こむぎこ かたくりこ	あおのり	あおぴーまん あかぴーまん	かりんとう	けーき
11		しろみざかなのふりったー	さらだあぶら じゃがいも	うぃんなー	もやし きゃべつ ぱせり	73 970C3	1,7 C
	`	こんそめすーぷ ごはん		3 0 17 0 0.	G (G) G (G) G (G)		
		ナけのレミに、ミオープに		さけ	ぶろっこりー たまねぎ	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう
12	Į,	ほぱいそて ー	じゃがいも あぶら	とうにゅう	しめじ にんじん えのきたけ	ごませんべい	くらっかー
`~	h	れーずんろーる			ほうれんそう こーん	_5.2.5	-\doc_\doc_\doc_\doc_\doc_\doc_\doc_\doc_
		【なかよしほいく】				ぎゅうにゅう	
13	تلع	【なかよしほいく】		おたのしみらんち	5	ぎゅうにゅう くっきー	
13				おたのしみらんち	5		
		ちきんかれー	こめ さとう じゃがいも	お た の し み ら ん ち	にんにく しょうが たまねぎ		## ## ## ## ## ## ## ## ## ## ## ## ##
13 15		【なかよしほいく】 ちきんかれー つなさらだ	こめ さとう じゃがいも さらだあぶら あぶら			くっきー	#きなこおはぎ
		ちきんかれー つなさらだ _{むきごはん}	さらだあぶら あぶら むぎ ばたー こむぎこ	とりももにく すきむみるく つな	にんにく しょうが たまねぎ にんじん ぐりんぴーす きゃべつ あかぴーまん きゅうり こーん	くっきー ぎゅうにゅう	
15	げつ	ちきんかれー つなさらだ _{むぎごはん} さかなのあまずあんかけ	さらだあぶら あぶら むぎ ばたー こむぎこ みるくろーる こむぎこ	とりももにく すきむみるく つな しろみざかな	にんにく しょうが たまねぎ にんじん ぐりんぴーす きゃべつ あかぴーまん きゅうり こーん あかぴーまん たまねぎ しめじ	くっきー ぎゅうにゅう ぱいがし おちゃ	★きなこおはぎ ぎゅうにゅう
15	げつ	ちきんかれー つなさらだ _{むぎごはん} さかなのあまずあんかけ ゆいみーたん	さらだあぶら あぶら むぎ ばたー こむぎこ みるくろーる こむぎこ かたくりこ さとう	とりももにく すきむみるく つな	にんにく しょうが たまねぎ にんじん ぐりんぴーす きゃべつ あかぴーまん きゅうり こーん あかぴーまん たまねぎ しめじ たけのこ さやいんげん はねぎ	くっきー ぎゅうにゅう ぱいがし	★きなこおはぎ
15	げつ	ちきんかれー つなさらだ _{むきごはん} さかなのあまずあんかけ ゆいみーたん _{みるくろーる}	さらだあぶら あぶら むぎ ばたー こむぎこ みるくろーる こむぎこ かたくりこ さとう あぶら	とりももにく すきむみるく つな しろみざかな ぎゅうにゅう	にんにく しょうが たまねぎ にんじん ぐりんぴーす きゃべつ あかぴーまん きゅうり こーん あかぴーまん たまねぎ しめじ たけのこ さやいんげん はねぎ ねぶかねぎ くりーむこーん	くっきー ぎゅうにゅう ぱいがし おちゃ びすけっと	★きなこおはぎ ぎゅうにゅう ★まどれーぬ
15	げつか	ちきんかれー つなさらだ _{むきごはん} さかなのあまずあんかけ ゆいみーたん _{みるくろーる} ごもくきんびら	さらだあぶら あぶら むぎ ぱたー こむぎこ みるくろーる こむぎこ かたくりこ さとう あぶら こめ じゃがいも あぶら	とりももにく すきむみるく つな しろみざかな ぎゅうにゅう とりももにく あげはん	にんにく しょうが たまねぎ にんじん ぐりんぴーす きゃべつ あかぴーまん きゅうり こーん あかぴーまん たまねぎ しめじ たけのこ さやいんげん はねぎ ねぶかねぎ くりーむこーん	くっきー ぎゅうにゅう ぱいがし おちゃ びすけっと おちゃ	★きなこおはぎ ぎゅうにゅう ★まどれーぬ はっこうにゅう
15	げつ	ちきんかれー つなさらだ むかなのあまずあんかけ ゆいみーたん みるくろーる ごもくきんぴら しろみそしる	さらだあぶら あぶら むぎ ばたー こむぎこ みるくろーる こむぎこ かたくりこ さとう あぶら こめ じゃがいも あぶら いとこんにゃく さとう	とりももにく すきむみるく つな しろみざかな ぎゅうにゅう とりももにく あげはん とうふ なまあげ	にんにく しょうが たまねぎ にんじん ぐりんぴーす きゃべつ あかぴーまん きゅうり こーん あかぴーまん たまねぎ しめじ たけのこ さやいんげん はねぎ ねぶかねぎ くりーむこーん ごぼう にんじん	くっきー ぎゅうにゅう ぱいがし おちゃ びすけっと	★きなこおはぎ ぎゅうにゅう ★まどれーぬ
15	げつかすい	ちきんかれー つなさらだ むきごはん さかなのあまずあんかけ ゆいみーたん みるくろーる ごもくきんぴら しろみそしる	さらだあぶら あぶら むぎ ばたー こむぎこ みるくろーる こむぎこ かたくりこ さとう あぶら こめ じゃがいも あぶら いとこんにゃく さとう しろごま ごまあぶら	とりももにく すきむみるく つな しろみざかな ぎゅうにゅう とりももにく あげはん とうふ なまあげ なまわかめ	にんにく しょうが たまねぎ にんじん ぐりんぴーす きゃべつ あかぴーまん きゅうり こーん あかぴーまん たまねぎ しめじ たけのこ さやいんげん はねぎ ねぶかねぎ くりーむこーん ごぼう にんじん さやいんげん はねぎ	くっきー ぎゅうにゅう ぱいがし おちゃ びすけっと おちゃ ふるーつぜりー	★きなこおはぎ ぎゅうにゅう ★まどれーぬ はっこうにゅう おかき
15 16 17	げつ か すい #	ちきんかれー つなさらだ むきごはん さかなのあまずあんかけ ゆいみーたん みるくろーる ごもくきんぴら しろみそしる ごはん だいこんとにくのにもの	さらだあぶら あぶら むぎ ばたー こむぎこ みるくろーる こむぎこ かたくりこ さとう あぶら こめ じゃがいも あぶら いとこんにゃく さとう しろごま ごまあぶら こめ あぶら	とりももにく すきむみるく つな しろみざかな ぎゅうにゅう とりももにく あげはん とうふ なまあげ なまわかめ とりももにく	にんにく しょうが たまねぎ にんじん ぐりんぴーす きゃべつ あかぴーまん きゅうり こーん あかぴーまん たまねぎ しめじ たけのこ さやいんげん はねぎ ねぶかねぎ くりーむこーん ごぼう にんじん さやいんげん はねぎ だいこん にんじん	くっきー ぎゅうにゅう ぱいがし おちゃ びすけっと おちゃ ふるーつぜりー ぎゅうにゅう	★きなこおはぎ ぎゅうにゅう ★まどれーぬ はっこうにゅう おかき
15	げつ か すい #	ちきんかれー つなさらだ むぎごはん さかなのあまずあんかけ ゆいみーたん みるくろーる ごもくきんぴら しろみそしる だいこんとにくのにもの なっとうあえ	さらだあぶら あぶら むぎ ばたー こむぎこ みるくろーる こむぎこ かたくりこ さとう あぶら こめ じゃがいも あぶら いとこんにゃく さとう しろごま ごまあぶら こめ あぶら さとう	とりももにく すきむみるく つな しろみざかな ぎゅうにゅう とりももにく あげはん とうふ なまあげ なまわかめ とりももにく きざみこんぶ なっとう	にんにく しょうが たまねぎ にんじん ぐりんぴーす きゃべつ あかぴーまん きゅうり こーん あかぴーまん たまねぎ しめじ たけのこ さやいんげん はねぎ ねぶかねぎ くりーむこーん ごぼう にんじん さやいんげん はねぎ だいこん にんじん しめじ ぐいんぴーす	くっきー ぎゅうにゅう ぱいがし おちゃ びすけっと おちゃ ふるーつぜりー	★きなこおはぎ ぎゅうにゅう ★まどれーぬ はっこうにゅう おかき
15 16 17	げつ か すい もく	ちきんかれー つなさらだ むきごはん さかなのあまずあんかけ ゆいみーたん みるくろーる ごもくきんぴら しろみそしる ごはん だいこんとにくのにもの なっとうあえ こはん	さらだあぶら あぶら むぎ ばたー こむぎこ みるくろーる こむぎこ かたくりこ さとう あぶら こめ じゃがいも あぶら いとこんにゃく さとう しろごま ごまあぶら こめ あぶら さとう	とりももにく すきむみるく つな しろみざかな ぎゅうにゅう とりももにく あげはん とうふ なまあげ なまわかめ とりももにく きざみこんぶ なっとう はなかつお	にんにく しょうが たまねぎ にんじん ぐりんぴーす きゃべつ あかぴーまん きゅうり こーん あかぴーまん たまねぎ しめじ たけのこ さやいんげん はねぎ ねぶかねぎ くりーむこーん ごぼう にんじん さやいんげん はねぎ だいこん にんじん しめじ ぐいんぴーす ほうれんそう もやし	くっきー ぎゅうにゅう ぱいがし おちゃ びすけっと おちゃ ふるーつぜりー ぎゅうにゅう おこし	★きなこおはぎ ぎゅうにゅう ★まどれーぬ はっこうにゅう おかき ぎゅうにゅう あめりかんどっぐ
15 16 17 18	げつ か すい もく	ちきんかれー つなさらだ むきごはん さかなのあまずあんかけ ゆいみーたん みるくろーる ごもくきんぴら しろみそしる ごはん だいこんとにくのにもの なっとうあえ こはん	さらだあぶら あぶら むぎ ばたー こむぎこ みるくろーる こむぎこ かたくりこ さとう あぶら こめ じゃがいも あぶら いとこんにゃく さとう しろごま ごまあぶら こめ あぶら さとう かたくりこ	とりももにく すきむみるく つな しろみざかな ぎゅうにゅう とりももにく あげはん とうふ なまあげ なまわかめ とりももにく きざみこんぶ なっとう はなかつお ぶたひきにく	にんにく しょうが たまねぎ にんじん ぐりんぴーす きゃべつ あかぴーまん きゅうり こーん あかぴーまん たまねぎ しめじ たけのこ さやいんげん はねぎ ねぶかねぎ くりーむこーん ごぼう にんじん さやいんげん はねぎ だいこん にんじん しめじ ぐいんぴーす ほうれんそう もやし たまねぎ ぶろっこりー	くっきー ぎゅうにゅう ぱいがし おちゃ びすけっと おちゃ ふるーつぜりー ぎゅうにゅう おこし おちゃ	★きなこおはぎ ぎゅうにゅう ★まどれーぬ はっこうにゅう おかき ぎゅうにゅう あめりかんどっぐ
15 16 17	げつ か すい もく き	ちきんかれー つなさらだ むきごはん さかなのあまずあんかけ ゆいみーたん みるくろーる ごもくきんぴら しろみそしる だいこんとにくのにもの なっとうあえ こはん とまとそーすはんばーぐ こんそめすーぶ	さらだあぶら あぶら むぎ ばたー こむぎこ みるくろーる こむぎこ かたくりこ さとう あぶら こめ じゃがいも あぶら いとこんにゃく さとう しろごま ごまあぶら こめ あぶら さとう かたくりこ こめ ぱんこ かたくりこ あぶら	とりももにく すきむみるく つな しろみざかな ぎゅうにゅう とりももにく あげはん とうふ なまあげ なまわかめ とりももにく きざみこんぶ なっとう はなかつお ぶたひきにく とうふ たまご	にんにく しょうが たまねぎ にんじん ぐりんぴーす きゃべつ あかぴーまん きゅうり こーん あかぴーまん たまねぎ しめじ たけのこ さやいんげん はねぎ ねぶかねぎ くりーむこーん ごぼう にんじん さやいんげん はねぎ だいこん にんじん しめじ ぐいんぴーす ほうれんそう もやし たまねぎ ぶろっこりーにんじん きゃべつ	くっきー ぎゅうにゅう ぱいがし おちゃ びすけっと おちゃ ふるーつぜりー ぎゅうにゅう おこし	★きなこおはぎ ぎゅうにゅう ★まどれーぬ はっこうにゅう おかき ぎゅうにゅう あめりかんどっぐ
15 16 17 18	げつ か すい もく きん	ちきんかれー つなさらだ むきごはん さかなのあまずあんかけ ゆいみーたん みるくろーる ごもくきんぴら しろみそしる ごはん だいこんとにくのにもの なっとうあえ こはん とまとそーすはんばーぐ こんそめすーぶ	さらだあぶら あぶら むぎ ばたー こむぎこ みるくろーる こむぎこ かたくりこ さとう あぶら こめ じゃがいも あぶら いとこんにゃく さとう しろごま ごまあぶら こめ あぶら さとう かたくりこ こめ ぱんこ かたくりこ あぶら じゃがいも	とりももにく すきむみるく つな しろみざかな ぎゅうにゅう とりももにく あげはん とうふ なまあげ なまわかめ とりももにく きざみこんぶ なっとう はなかつお ぶたひきにく とうふ たまご ういんなー	にんにく しょうが たまねぎ にんじん ぐりんぴーす きゃべつ あかぴーまん きゅうり こーん あかぴーまん たまねぎ しめじ たけのこ さやいんげん はねぎ ねぶかねぎ くりーむこーん ごぼう にんじん さやいんげん はねぎ だいこん にんじん しめじ ぐいんぴーす ほうれんそう もやし たまねぎ ぶろっこりー にんじん きゃべつ ぱせり こーん	くっきー ぎゅうにゅう ぱいがり がすけっと おうしゃり ある うこにし おちしし おちしし おちしし	★きなこおはぎ ぎゅうにゅう ★まどれーぬ はっこうにゅう おかき ぎゅうにゅう あめりかんどっぐ おちゃ ★きゃろっとけーき
15 16 17 18	げつ か すい もく きん げ	ちきんかれー つなさらだ むかなのあまずあんかけ ゆいみーたん みるくろーる ごもくきんぴら しろみそしる だいこんとにくのにもの なっとうあえ こはん とまとそーすはんばーぐ こんそめすーぶ こはん そぼろどんぶり	さらだあぶら あぶら むぎ ばたー こむぎこ みるくろーる こむぎこ かたくりこ さとう あぶら こめ じゃがいも あぶら いとこんにゃく さとう しろごま ごまあぶら こめ あぶら さとう かたくりこ こめ ぱんこ かたくりこ こめ ぱんこ かたくりこ あぶら じゃがいも こめ むぎ さとう	とりももにく すきむみるく つな しろみざかな ぎゅうにゅう とりももにく あげはん とうふ なまあげ なまわかめ とりももにく きざみこんぶ なっとう はなかつお ぶたひきにく とうふ たまご ういんなー	にんにく しょうが たまねぎ にんじん ぐりんぴーす きゃべつ あかぴーまん きゅうり こーん あかぴーまん たまねぎ しめじ たけのこ さやいんげん はねぎ ねぶかねぎ くりーむこーん ごぼう にんじん さやいんげん はねぎ だいこん にんじん しめじ ぐいんぴーす ほうれんそう もやし たまねぎ ぶろっこりー にんじん きゃべつ ばせり こーん ぐりんぴーす だいこん	くっきー ぎゅうにゅう ぱいがし おちゃ びすけっと おっつぜりー ぎゅうにゅう おこし おちゃす	★きなこおはぎ ぎゅうにゅう ★まどれーぬ はっこうにゅう おかき ぎゅうにゅう あめりかんどっぐ おちゃ ★きゃろっとけーき
15 16 17 18	げつ か すい もく きん ば	ちきんかれー つなさらだ むきごはん さかなのあまずあんかけ ゆいみーたん みるくろーる ごもくきんびら しろみそしる ごはん だいこんとにくのにもの なっとうあえ こはん とまとそーすはんばーぐ こんそめすーぷ こばん そぼろどんぶり	さらだあぶら あぶら むぎ ばたー こむぎこ みるくろーる こむぎこ かたくりこ さとう あぶら こめ じゃがいも あぶら いとこんにゃく さとう しろごま ごまあぶら こめ あぶら さとう かたくりこ こめ ばんこ かたくりこ こめ むぎ さとう かたくりこ あぶら	とりももにく すきむみるく つな しろみざかな ぎゅうにゅう とりももにく あげはん とうふ なまあげ なまわかめ とりももにく きざみこんぶ なっとう はなかつお ぶたひきにく とうふ たまご ういんなー とりひきにく たまご なまあげ	にんにく しょうが たまねぎ にんじん ぐりんぴーす きゃべつ あかぴーまん きゅうり こーん あかぴーまん たまねぎ しめじ たけのこ さやいんげん はねぎ ねぶかねぎ くりーむこーん ごぼう にんじん さやいんげん はねぎ だいこん にんじん しめじ ぐいんぴーす ほうれんそう もやし たまねぎ ぶろっこりー にんじん きゃべつ ぱせり こーん	くっきー ぎゅうにゅう ぱいがり がすけっと おうしゃり ある うこにし おちしし おちしし おちしし	★きなこおはぎ ぎゅうにゅう ★まどれーぬ はっこうにゅう おかき ぎゅうにゅう あめりかんどっぐ おちゃ ★きゃろっとけーき
15 16 17 18	げつ か すい もく きん げ	ちきんかれー つなさらだ むきごはん さかなのあまずあんかけ ゆいみーたん みるくろーる ごもくきんぴら しろみそしる ごはん だいこんとにくのにもの なっとうあえ こはん とまとそーすはんばーぐ こんそめすーぷ ごはん そぼろどんぶり いなかじる よーぐると	さらだあぶら あぶら むぎ ばたー こむぎこ みるくろーる こむぎこ かたくりこ さとう あぶら こめ じゃがいも あぶら いとこんにゃく さとう しろごま ごまあぶら こめ あぶら さとう かたくりこ こめ ばんこ かたくりこ あぶら じゃがいも こめ むぎ さとう かたくりこ あぶら	とりももにく すきむみるく つな しろみざかな ぎゅうにゅう とりももにく あげはん とうふ なまあげ なまわかめ とりももにく きざみこんぶ なっとう はなかつお ぶたひきにく とうふ たまご ういんなー	にんにく しょうが たまねぎ にんじん ぐりんぴーす きゃべつ あかぴーまん きゅうり こーん あかぴーまん たまねぎ しめじ たけのこ さやいんげん はねぎ ねぶかねぎ くりーむこーん ごぼう にんじん さやいんげん はねぎ だいこん にんじん しめじ ぐいんぴーす ほうれんそう もやし たまねぎ ぶろっこりーにんじん きゃべつ ばせり こーん くりんぴーす だいこん えのきたけ にんじん	くっきー ぎゅうにゅう ぱいがし おちゃっと おっつをもりー ぎゅうにし おえは おちゅう おより おっし おっし おんせんべい	★きなこおはぎ ぎゅうにゅう ★まどれーぬ はっこうにゅう おかき ぎゅうにゅう あめりかんどっぐ おちゃ ★きゃろっとけーき ぎゅうにゅう くっきー
15 16 17 18 19 22	げつ か すい もく きん げつ	ちきんかれーつなさらだ むきごはん さかなのあまずあんかけ ゆいみーたん みるくろーる ごもくきんびら しろみそしる こはん だいこんとにくのにもの なっとうあえ こはん とまとそーすはんばーぐ こんそめすーぶ こばん そぼろどんぶり いなかじる よーぐると こはん	さらだあぶら あぶら むぎ ばたー こむぎこ みるくろーる こむぎこ かたくりこ さとう あぶら こめ じゃがいも あぶら いとこんにゃく さとう しろごま ごまあぶら こめ あぶら さとう かたくりこ こめ ばんこ かたくりこ あぶら じゃがいも こめ むぎ さとう かたくりこ あぶら	とりももにく すきむみるく つな しろみざかな ぎゅうにゅう とりももにく あげはん とうふ なまあげ なまわかめ とりももにく きざみこんぶ なっとう はなかつお ぶたひきにく とうふ たまご ういんなー とりひきにく たまご なまあげ よったのさ	にんにく しょうが たまねぎ にんじん ぐりんぴーす きゃべつ あかぴーまん きゅうり こーん あかぴーまん たまねぎ しめじ たけのこ さやいんげん はねぎ ねぶかねぎ くりーむこーん ごぼう にんじん さやいんげん はねぎ だいこん にんじん しめじ ぐいんぴーす ほうれんそう もやし たまねぎ ぶろっこりー にんじん きゃべつ ばせり こーん ぐりんぴーす だいこん えのきたけ にんじん はねぎ	くっきー ぎゅうにゅう ぱいがし おちゃっと おうせりー ぎゅうにし おうこし おうはし おうはし おちせんべい おちゃっす	★きなこおはぎ ぎゅうにゅう ★まどれーぬ はっこうにゅう おかき ぎゅうにゅう あめりかんどっぐ おちゃ ★きゃろっとけーき ぎゅうにゅう くっきー
15 16 17 18 19 22	げつ か すい もく きん げつ	ちきんかれーつなさらだ	さらだあぶら あぶら むぎ ばたー こむぎこ みるくろーる こむぎこ かたくりこ さとう あぶら こめ じゃがいも あぶら いとこんにゃく さとう しろごま ごまあぶら こめ あぶら さとう かたくりこ こめ ばんこ かたくりこ あぶら じゃがいも こめ むぎ さとう かたくりこ あぶら さといも ろーるばん ばたー	とりももにく すきむみるく つな しろみざかな ぎゅうにゅう とりももにく あげはん とうふ なまあげ なまわかめ とりももにく きざみこんぶ なっとう はなかつお ぶたひきにく とうふ たまご ういんなー とりひきにく たまご なまあげ よっかんなー	にんにく しょうが たまねぎ にんじん ぐりんぴーす きゃべつ あかぴーまん きゅうり こーん あかぴーまん たまねぎ しめじ たけのこ さやいんげん はねぎ ねぶかねぎ くりーむこーん ごぼう にんじん さやいんげん はねぎ だいこん にんじん しめじ ぐいんぴーす ほうれんそう もやし たまねぎ ぶろっこりー にんじん きゃべつ ぱぜり こーん くりんぴーす だいこん えのきたけ にんじん はねぎ きゃべつ にんじん	くっきー ぎゅうにゅう ぱいがし おちゃっと おっつをもりー ぎゅうにし おえは おちゅう おより おっし おっし おんせんべい	★きなこおはぎ ぎゅうにゅう ★まどれーぬ はっこうにゅう おかき ぎゅうにゅう あめりかんどっぐ おちゃ ★きゃろっとけーき ぎゅうにゅう くっきー
15 16 17 18 19 22	げつ か すい もく きん げつ か	ちきんかれーつなさらだ むきごはん さかなのあまずあんかけ ゆいみーたん みるくろーる ごもくきんぴら しろみそしる だいこんとにくのにもの なっとうあえ とまとそーすはんばーぐ こんそめすーぷ こはん そぼろどんぶり いなかじる よーぐると にっとどっぐ やさいのかれーすーぷに ちーず るころばん	さらだあぶら あぶら むぎ ばたー こむぎこ みるくろーる こむぎこ かたくりこ さとう あぶら こめ じゃがいも あぶら いとこんにゃく さとう しろごま ごまあぶら こめ あぶら さとう かたくりこ こめ ばんこ かたくりこ あぶら じゃがいも こめ むぎ さとう かたくりこ あぶら さといも ろーるばん ばたー	とりももにく すきむみるく つな しろみざかな ぎゅうにゅう とりももにく あげはん とうふ なまあげ なまわかめ とりももにく きざみこんぶ なっとう はなかつお ぶたひきにく とうふ たまご ういんなー とりひきにく たまご なよあげ よーぐると ういんなー とりひもにく	にんにく しょうが たまねぎ にんじん ぐりんぴーす きゃべつ あかぴーまん きゅうり こーん あかぴーまん たまねぎ しめじ たけのこ さやいんげん はねぎ ねぶかねぎ くりーむこーん ごぼう にんじん さやいんげん はねぎ だいこん にんじん しめじ ぐいんぴーす ほうれんそう もやし たまねぎ ぶろっこりーにんじん きゃべつ ぱせり こーん くりんぴーす だいこん えのきたけ にんじん はねぎ きゃべつ にんじん たまねぎ だいこん	くっきー ぎゅうにゅう ぱいがし おちゃっと おうせりー ぎゅうにし おうこし おうはし おうはし おちせんべい おちゃっす	★きなこおはぎ ぎゅうにゅう ★まどれーぬ はっこうにゅう おかき ぎゅうにゅう あめりかんどっぐ おちゃ ★きゃろっとけーき ぎゅうにゅう くっきー おちゃ ★びざふうむしばん
15 16 17 18 19 22 23	げつ か すい もく きん げつ か す	ちきんかれーつなさらだ	さらだあぶら あぶら むぎ ばたー こむぎこ みるくろーる こむぎこ かたくりこ さとう あぶら こめ じゃがいも あぶら いとこんにゃく さとう しろごま ごまあぶら こめ あぶら さとう かたくりこ こめ ばんこ かたくりこ あぶら じゃがいも こめ むぎ さとう かたくりこ あぶら	とりももにく すきむみるく つな しろみざかな ぎゅうにゅう とりももにく あげはん とうふ なまあげ なまわかめ とりももにく きざみこんぶ なっとう はなかつお ぶたひきにく とうふ たまご ういんなー とりひきにく たまご なまあげ よっくると ういんなー とりひもにく ういんなー とりひもにく ういんなー とりももにく っしん。	にんにく しょうが たまねぎ にんじん ぐりんぴーす きゃべつ あかぴーまん きゅうり こーん あかぴーまん たまねぎ しめじ たけのこ さやいんげん はねぎ ねぶかねぎ くりーむこーん ごぼう にんじん さやいんげん はねぎ だいこん にんじん しめじ ぐいんぴーす ほうれんそう もやし たまねぎ ぶろっこりーにんじん きゃべつ ばせり こーん くりんぴーす だいこん えのきたけ にんじん はねぎ きゃべつ にんじん たまねぎ だいこん ばせり	くっきー ぎゅいが かっし がっかっ かっかい かっと かっかい ちゅう かっ かっと かっ	★きなこおはぎ ぎゅうにゅう ★まどれーぬ はっこうにゅう おかき ぎゅうにゅう あめりかんどっぐ おちゃ ★きゃろっとけーき ぎゅうにゅう くっきー おちゃ ★びざふうむしぱん (ちーず)
15 16 17 18 19 22	げつ か すい もく きん げつ か す	ちきんかれーつなさらだ むかなのあまずあんかけゆいみーたん みるくろーる ごもくきんぴらしろみそしる こはん だいこんとにくのにものなっとうあえ こはん とまとそーすはんばーぐこんそめすーぶ こはん そぼろどんぶりいなかじるよーぐると ほっとどっぐやさいのかれーすーぶにちっきがっまっるばんちきんかれー	さらだあぶら あぶら むぎ ばたー こむぎこ みるくろーる こむぎこ かたくりこ さとう あぶら こめ じゃがいも あぶらいとこんにゃく さとうしろごま ごまあぶら さとうかたくりこ こめ ばんこかたくりこ あぶら じゃがいもこめ むぎ さとうかたくり あぶらさといも ろーるばん ばたーじゃがいも さらだあぶら あぶら	とりももにく すきむみるく つな しろみざかな ぎゅうにゅう とりももにく あげはん とうふ なまあげ なまわかめ とりももにく きざみこんぶ なっとう はなかつお ぶたひきにく とうふ なっ とういんなー とりひきにく たま あげ よっかんなー とりももにく きさみこんが とりもにく さっした。 こういんなー とりももにく たま なき なき ないしていると こういんなー とりももにく たっとう なきにく たま なき	にんにく しょうが たまねぎ にんじん ぐりんぴーす きゃべつ あかぴーまん きゅうり こーん あかぴーまん たまねぎ しめじ たけのこ さやいんげん はねぎ ねぶかねぎ くりーむこーん ごぼう にんじん さやいんげん はねぎ だいこん にんじん しめじ ぐいんぴーす ほうれんそう もやし たまねぎ ぶろっこりーにんじん きゃべつ はせり こーん くりんぴーす だいこん えのきたけ にんじん はねぎ きゃべつ にんじん たまねぎ だいこん ばせり にんにく しょうが たまねぎ	くっきー ぎゅいがし おすけっちっ があっ かっ ある でいまな まっ あっ かりんと おっ おっ かりんと おっ ない ない できん ない できん ない できる かりんとう	★きなこおはぎ ぎゅうにゅう ★まどれーぬ はっこうにゅう おかき ぎゅうにゅう あめりかんどっぐ おちゃ ★きゃろっとけーき ぎゅうにゅう くっきー おらうむしぱん (ちーず) ぎゅうにゅう
15 16 17 18 19 22 23 24	げつ か すい もく きん げつ か すい ±	ちきんかれーつなさらだ むかなのあまずあんかけゆいみーたん みるくろーる ごもくきんぴらしろみそしる ごはん だいこんとにくのにものなっとうあえ こはん だいこんとにくのにものなっとうあえ こはん そぶろどんぶりいなかじるよーぐると ほっとどっぐやさいのかれーすーぷにちっとがさらがれーつなさらだ。 むきごはん	さらだあぶら あぶら むぎ ばたー こむぎこ みるくろーる こむぎこ かたくりこ さとう あぶら こめ じゃがいも あぶらいとこんにゃく さとうしろごま ごまあぶら さとうかたくりこ こめ ばんこかたくりこ あぶら じゃがいもこめ むぎ さとうかたくり あぶらさといも ろーるばん ばたーじゃがいも さらだあぶら あぶら	とりももにく すきむみるく つな しろみざかな ぎゅうにゅう とりももにく あげはん とうふ なまあげ なまわかめ とりももにく きざみつお ぶたひきにく とうふ たまご ういんなー とりひきにく たまご ると ういんなー とりももにくづきなまが よっとう できまですると ういんなー とりももにく できまが なっとう	にんにく しょうが たまねぎ にんじん ぐりんぴーす きゃべつ あかぴーまん きゅうり こーん あかぴーまん たまねぎ しめじ たけのこ さやいんげん はねぎ ねぶかねぎ くりーむこーん ごぼう にんじん さやいんげん はねぎ だいこん にんじん しめじ ぐいんぴーす ほうれんそう もやし たまねぎ ぶろっこりー にんじん きゃべつ ぱせり こーん くりんぴーす だいこん えのきたけ にんじん はねぎ きゃべつ にんじん たまねぎ だいこん ばせり にんにく しょうが たまねぎ にんじん ぐりんぴーす きゃべつ	くっきー ぎゅうはいかっし がすけっと がすけっしっ あるっつにししっ うったしっ うったしゃっす おもせんべい おけんべい おけんでいっち	★きなこおはぎ ぎゅうにゅう ★まどれーぬ はっこうにゅう おかき ぎゅうにゅう あめりかんどっぐ おちゃ ★きゃろっとけーき ぎゅうにゅう くっきー おらうむしぱん (ちーず) ぎゅうにゅう
15 16 17 18 19 22 23	げつ か すい もく きん げつ か すい ±	ちきんかれーつなさらだ むかなのあまずあんかけゆいみーたん みるくろーる ごもくきんぴらしろみそしる ごはん だいこんとにくのにものなっとうあえ こはん だいこんとにくのにものなっとうあえ こはん そぶろどんぶりいなかじるよーぐると ほっとどっぐやさいのかれーすーぷにちっとがさらがれーつなさらだ。 むきごはん	さらだあぶら あぶら むぎ ばたー こむぎこ みるくろーる こむぎこ かたくりこ さとう あぶら こめ じゃがいも あぶら いとこんにゃく さとう しろごま ごまあぶら こめ あぶら さとう かたくりこ こめ ばんこ かたくりこ こめ ばんこ かたくりこ あぶら じゃがいも こめ むぎ さとう かたくり あぶら さといも ろーるばん ばたー じゃがいも さら だあぶら さ ばたー こむぎこ	とりももにく すきむみるく つな しろみざかな ぎゅうにゅう とりももにく あげはん とうふ なまあげ なまわかめ とりももにく きざみこんぶ なっとう はなかつお ぶたひきにく とうふ なー とりひきにく たまご ういんなー とりひきにく たまこがなー とりももにく できながった。 できなが、 とっと、 できなが、 できなが、 とっと、 とっと とっと とっと とっと とっと とっと とっと とっと と	にんにく しょうが たまねぎ にんじん ぐりんぴーす きゃべつ あかぴーまん きゅうり こーん あかぴーまん たまねぎ しめじ たけのこ さやいんげん はねぎ ねぶかねぎ くりーむこーん ごぼう にんじん さやいんげん はねぎ だいこん にんじん しめじ ぐいんぴーす ほうれんそう もやし たまねぎ ぶろっこりー にんじん きゃべつ ぱせり こーん くりんぴーす だいこん えのきたけ にんじん はねぎ きゃべつ にんじん たまねぎ だいこん ばせり にんにく しょうが たまねぎ にんじん ぐりんぴーす きゃべつ	くっきー ぎゅいがし おすけっちっ があっ かっ ある でいまな まっ あっ かりんと おっ おっ かりんと おっ ない ない できん ない できん ない できる かりんとう	★きなこおはぎ ぎゅうにゅう ★まどれーぬ はっこうにゅう おかき ぎゅうにゅう あめりかんどっぐ おちゃ ★きゃろっとけーき ぎゅうにゅう くっきー おらうむしぱん (ちーず) ぎゅうにゅう
15 16 17 18 19 22 23 24	げつ か すい もく きん げつ か すい ±	ちきんかれーつなさらだ むきごはん さかなのあまずあんかけゆいみーたん みるくろーる ごもくきんぴらしろみそしる だいこんとにくのにものなっとうあえ とまとそのすーぶ こはん そびるとれるがりいなかじるよーぐると はっとどっぐやさいのかれーすーぶに ちきんかれーつなさらだ むきごはん そつえんしきに	さらだあぶら あぶら むぎ ばたー こむぎこ みるくろーる こむぎこ かたくりこ さとう あぶら こめ じゃがいも あぶら いとこんにゃく さとう しろごま ごまあぶら こめ あぶら さとう かたくりこ こめ ばんこ かたくりこ あぶら じゃがいも こめ むぎ さとう かたくりこ あぶら さといも ろーるばん ばたー じゃがいも さらだあぶら あぶら むぎ ばたー こむぎこ	とりももにく すきむみるく つな しろみざかな ぎゅうにゅう とりももにく あげはん とうふ なまあげ なまわかめ とりももにく さっとう はなかつお ぶたひきにく とうふ たまご ういんなー とりひきにく たまご なと ういんなー とりももまこく でままがけ よーぐると ういんなー とりももにく さずみたなさ たまご なと ういんなー とりももにく たまご なと ういんなー とりももにく たまご かんなー とりももにく たまご かんなー とりももにく たまご かんなー とりももにく たまご かんなー とりももにく さっかんなー とりももにく たまご かんなー とりももにく たまご かんなー とりももにく さっとう いんなー とりももこと いんなー とりももこと いんなー とりももこと いんなー とりももこと いんなー とりももこと いんなー とりももこと いんなー とりももこと いんなー とりももこと いんなー とりももこと いんなー とりももこと いんなー とりももこと ういんなー とりももこと ういんなー とりももこと ういんなー とりももこと ういんなー とりももこと ういんなー とりももこと ういんなー とりももこと ういんなー とりももこと ういんなー とりももこと うっと うっと りゃる しゃる しゃる しゃる しゃる しゃる しゃる しゃる しゃる しゃる し	にんにく しょうが たまねぎ にんじん ぐりんぴーす きゃべつ あかぴーまん きゅうり こーん あかぴーまん たまねぎ しめじ たけのこ さやいんげん はねぎ ねぶかねぎ くりーむこーん ごぼう にんじん さやいんげん はねぎ だいこん にんじんしめじ ぐいんぴーす ほうれんそう もやし たまねぎ ぶろっこりーにんじん きゃべつ ぱせり こーん くりんぴーす だいこん えのきたけ にんじん はねぎ きゃべつ にんじん たまねぎ だいこん ぱせり にんじん さんが きゅうり こーん がればり にんにく しょうが たまねぎ にんじん ぐりんぴーす きゃべつあかぴーまん きゅうり こーん	くっきー ぎゅいがし おすけっちっ があっ かっ ある でいまな まっ あっ かりんと おっ おっ かりんと おっ ない ない できん ない できん ない できる かりんとう	★きなこおはぎ ぎゅうにゅう ★まどれーぬ はっこうにゅう おかき ぎゅうにゅう あめりかんどっぐ おちゃ ★きゃろっとけーき ぎゅうにゅう くっきー おらうむしぱん (ちーず) ぎゅうにゅう
15 16 17 18 19 22 23 24 25	げつ か すい もく きん げつ か すい もく き	ちきんかれーつなさらだ むきごはん さかなのあまずあんかけゆいみーたん みるくろーる ごもくきんぴら しろみそしる だいこんとにくのにものなっとうあえ こはん とまとそーすはんばーぐ これをいるうじるよーではんぶりいなかじるよーぐると ほっとどっくできいのかれーすーぷに ちきんかれーつなさらだ むきごはん そのえんしきに 【しゅうりょうしき】	さらだあぶら あぶら むぎ ばたー こむぎこ みるくろーる こむぎこ かたくりこ さとう あぶら こめ じゃがいも あぶら いとこんにゃく さとう しろごま ごまあぶら こめ あぶら さとう かたくりこ こめ ばんこ かたくりこ こめ ばんこ かたくりこ あぶら じゃがいも こめ むぎ さとう かたくりこ あぶら さといも ろーるばん ばたー じゃがいも さとう こめ さとう じゃがいも さらだあぶら あぶら むぎ ばたー こむぎこ うはくもち) はな・ほ	とりももにく すきむみるく つな しろみざかな ぎゅうにゅう とりももにく あげはん とうふ なまあげ なまわかめ とりももにく なっとう はなかつお ぶたひきにく とうふ たまご ういんなー とりひきにく たまご なと ういんなー とりももにく っかる ここ なと ういんなー とりむもにく たまご なと ういんなー とりももにく たまご なと ういんなー とりももにく たまがった。 ここ なる とういんなー とりももにく たまご なと ういんなー とりももにく たまご なと ういんなー とりももにく たまご なと ういんなー とりももにく たまご なと ういんなー とりももにく たまこ ういんなー とりももにく たまご なと ういんなー とりももにく たまご なと ういんなー とりももにく たまご なと ういんなー とりももにく さった。 とりももにく たまご なと ういんなー とりももにく さった。 とりももにく たまご なと ういんなー とりももにく たった。 とりももにく たまご なる とういんなー とりももにく たった。 とりももにく たった。 とりももにく たった。 とりももにく たった。 とりももにく たった。 とりももにく たった。 とりももにく たった。 とりももにく たった。 とりももにく たった。 とりももにく たった。 とりももにく たった。 とりももにく たった。 とりももにく たった。 とりももにく たった。 とりももにく たった。 とりももにく たった。 とりももにく たった。 とりももにく とりもも とりも とりも とりも とりも とりも とりも とりも とりも とり	にんにく しょうが たまねぎ にんじん ぐりんぴーす きゃべつ あかぴーまん きゅうり こーん あかぴーまん たまねぎ しめじ たけのこ さやいんげん はねぎ ねぶかねぎ くりーむこーん ごぼう にんじん さやいんげん はねぎ だいこん にんじんしめじ ぐいんぴーす ほうれんそう もやし たまねぎ ぶろっこりーにんじん きゃべつ ばせり こーん くりんぴーす だいこん えのきたけ にんじん はねぎ きゃべつ にんじん たまねぎ だいこん ばせり にんにく しょうが たまねぎ にんじん ぐりんぴーす きゃべつ あかぴーまん きゅうり こーん かばら しょうが たまねぎ にんじん だまねぎ にんじん だまねぎ	くっちばい かっち でき かっち でき かっち でき かっち かっち かっち かっち かっち かっち かっち かん	★きなこおはぎ ぎゅうにゅう ★まどれーぬ はっこうにゅう おからにゅう あめりかんどっぐ おちっとけーき ぎゅうにゅう くっきー がぶらっす。 ★ぴばふうでいるかんだっす。 まがらうにゅう まがらうにゅう まがらっす。 まがらうにゅう
15 16 17 18 19 22 23 24	げつ か すい もく きん げつ か すい もく き	ちきんかれーつなさらだ むかなのあまずあんかけゆいみーたん みるくろーる ごもくきんびらしろみそしる だいこんとにくのにものなっとうあえ こはん とまとそーすはんばーぐこんとのいなからるとでいるからるとでかかれーすーぶにあったがったができたがかれーするさらだ まさんしきにくのかれーすーがにあったがあらだ。 まさてはん そうえんしきに しゅうりょうしき】にくじゃが	さらだあぶら あぶら むぎ ばたー こむぎこ みるくろーる こむぎこ かたくりこ さとう あぶら こめ じゃがいも あぶら いとこんにゃく さとう しろごま ごまあぶら こめ あぶら さとう かたくりこ こめ ばんこ かたくりこ こめ ばんこ かたくりこ あぶら じゃがいも こめ むぎ さとう かたくりこ あぶら さといも ろーるばん ばたー じゃがいも さとう こめ さとう じゃがいも さらだあぶら むぎ ばたー こむぎこ うはくもち) はな・ほ こめ じゃがいも	とりももにく すきむみるく つな しろみざかな ぎゅうにゅう とりももにく あげはん とうふ なまあげ なまわかめ とりももにく さっとう はなかつお ぶたひきにく とうふ たまご ういんなー とりひきにく たまご なと ういんなー とりももまこく でままがけ よーぐると ういんなー とりももにく さずみたなさ たまご なと ういんなー とりももにく たまご なと ういんなー とりももにく たまご かんなー とりももにく たまご かんなー とりももにく たまご かんなー とりももにく たまご かんなー とりももにく さっかんなー とりももにく たまご かんなー とりももにく たまご かんなー とりももにく さっとう いんなー とりももこと いんなー とりももこと いんなー とりももこと いんなー とりももこと いんなー とりももこと いんなー とりももこと いんなー とりももこと いんなー とりももこと いんなー とりももこと いんなー とりももこと いんなー とりももこと ういんなー とりももこと ういんなー とりももこと ういんなー とりももこと ういんなー とりももこと ういんなー とりももこと ういんなー とりももこと ういんなー とりももこと ういんなー とりももこと うっと うっと りゃる しゃる しゃる しゃる しゃる しゃる しゃる しゃる しゃる しゃる し	にんにく しょうが たまねぎ にんじん ぐりんぴーす きゃべつ あかぴーまん きゅうり こーん あかぴーまん たまねぎ しめじ たけのこ さやいんげん はねぎ ねぶかねぎ くりーむこーん ごぼう にんじん さやいんげん はねぎ だいこん にんじんしめじ ぐいんぴーす ほうれんそう もやし たまねぎ ぶろっこりーにんじん きゃべつ ばせり こーん くりんぴーす だいこん えのきたけ にんじん はねぎ きゃべつ にんじん だまねぎ だいこん ばせり にんにく しょうが たまねぎ にんじん ぐりんぴーす きゃべつ あかぴーまん きゅうり こーん かばけり にんにく しょうが たまねぎ にんじん だまねぎ だいこん ばせり にんにく しょうが たまねぎ にんじん だまねぎ だいこん ばせり にんにく しょうが たまねぎ にんじん ぐりんぴーす きゃべつ あかぴーまん きゅうり こーん	くっきー ぎゅうはいかゃっと おすけっちっちがりー がすけっちっちにしまった。 ある あったにしまった。 おえはないいまかいい。 きゅりのうかが、まないい。 もっというが、まないい。 もっというが、もっといりが、もっというが、もっといりが、もっというが、もっというが、もっというが、もっというが、もっというが、もっというが、もっというが、もっというが、もっというが、もっというが、もっというが、もっというが、もっというが、もっというが、もっというが、もっといりが、もっというが、もっというが、もっというが、もっというが、もっというが、もっというが、もっというが、もっというが、もっというが、もっといりでもっといりでは、もっといりでは、もっといりが、もっといりが、もっといりが、もっとい	★きなこおはぎ ぎゅうにゅう ★まどれーぬ はっこうにゅう おかき ぎゅうにゅう あめりかんどっぐ おちゃとけーき ぎゅうにゅう くっきー おがらむしばん (ちーず) きゅうにゅう ★ぷりんけーき
15 16 17 18 19 22 23 24 25	げつ か すい もく きん げつ か すい もく き	ちきんかれーつなさらだ ***********************************	さらだあぶら あぶら むぎ ばたー こむぎこ みるくろーる こむぎこ かたくりこ さとう あぶら こめ じゃがいも あぶら いとこんにゃく さとう しろごま ごまあぶら こめ あぶら さとう かたくりこ こめ ばんこ かたくりこ こめ ばんこ かたくりこ あぶら じゃがいも こめ むぎ さとう かたくりこ あぶら さといも ろーるばん ばたー じゃがいも さとう こめ さとう じゃがいも さらだあぶら あぶら むぎ ばたー こむぎこ うはくもち) はな・ほ	とりももにく すきむみるく つな しろみざかな ぎゅうにゅう とりももにく あげはん とうふ なまあげ なまわかめ とりももにく なっとう はなかつお ぶたひきにく とうふ たまご ういんなー とりひきにく たまご なと ういんなー とりももにく っかる ここ なと ういんなー とりむもにく たまご なと ういんなー とりももにく たまご なと ういんなー とりももにく たまがった。 ここ なる とういんなー とりももにく たまご なと ういんなー とりももにく たまご なと ういんなー とりももにく たまご なと ういんなー とりももにく たまご なと ういんなー とりももにく たまこ ういんなー とりももにく たまご なと ういんなー とりももにく たまご なと ういんなー とりももにく たまご なと ういんなー とりももにく さった。 とりももにく たまご なと ういんなー とりももにく さった。 とりももにく たまご なと ういんなー とりももにく たった。 とりももにく たまご なる とういんなー とりももにく たった。 とりももにく たった。 とりももにく たった。 とりももにく たった。 とりももにく たった。 とりももにく たった。 とりももにく たった。 とりももにく たった。 とりももにく たった。 とりももにく たった。 とりももにく たった。 とりももにく たった。 とりももにく たった。 とりももにく たった。 とりももにく たった。 とりももにく たった。 とりももにく たった。 とりももにく とりもも とりも とりも とりも とりも とりも とりも とりも とりも とり	にんにく しょうが たまねぎ にんじん ぐりんぴーす きゃべつ あかぴーまん きゅうり こーん あかぴーまん たまねぎ しめじ たけのこ さやいんげん はねぎ ねぶかねぎ くりーむこーん ごぼう にんじん さやいんげん はねぎ だいこん にんじんしめじ ぐいんぴーす ほうれんそう もやし たまねぎ ぶろっこりーにんじん きゃべつ ばせり こーん くりんぴーす だいこん えのきたけ にんじん はねぎ きゃべつ にんじん たまねぎ だいこん ばせり にんにく しょうが たまねぎ にんじん ぐりんぴーす きゃべつ あかぴーまん きゅうり こーん かばら しょうが たまねぎ にんじん だまねぎ にんじん だまねぎ	くっきー ぎばい ちゅう はい ちゅう かっき おっ かっかい ちゅう かっかい ちゅう おっ かっかい かっかい きゅう かっしん かっかい きゅう かっしん かっちゅう しゅう かんしゃ かっちゅう かっちゅう かっちゅう しゅう かっちゅう しゅう かっちゅう しゅう しゅう しゅう しゅう しゅう しゅう しゅう しゅう しゅう し	★きなこおはぎ ぎゅうにゅう ★まどれーぬ はっこうにゅう おからにゅう あめりかんどっぐ おちっとけーき ぎゅうにゅう くっきー がぶらっす。 ★ぴばふうでいるかんだっす。 まがらうにゅう まがらうにゅう まがらっす。 まがらうにゅう
15 16 17 18 19 22 23 24 25 26	げつ か すい もく きん げつ か すい もく きん	ちきんかれーつなさらだ むかなのあまずあんかけゆいみーたん みるくろーる ごもくきんびらしろみそしる だいこんとにくのにものなっとうあえ こはん とまとそーすはんばーぐこんとのいなからるとでいるからるとでかかれーすーぶにあったがったができたがかれーするさらだ まさんしきにくのかれーすーがにあったがあらだ。 まさてはん そうえんしきに しゅうりょうしき】にくじゃが	さらだあぶら あぶら むぎ ばたー こむぎこ みるくろーる こむぎこ かたくりこ さとう あぶら こめ じゃがいも あぶら いとこんにゃく さとう しろごま ごまあぶら こめ あぶら さとう かたくりこ こめ ばんこ かたくりこ こめ ばんこ かたくりこ あぶら じゃがいも こめ むぎ さとう かたくりこ あぶら さといも ろーるばん ばたー じゃがいも さとう こめ さとう じゃがいも さらだあぶら むぎ ばたー こむぎこ うはくもち) はな・ほ こめ じゃがいも	とりももにく すきむみるく つな しろみざかな ぎゅうにゅう とりももにく あげはん とうふ かめ とりももにく きざみこかめ とりももにく きざみつお ぶたひきにく とうふ なー とりひご なま ういんひき なまる ういんなー とりせるとうっかんなー とりももにく たまごういんなー とりむこく たまごういんなー とりずらたまご ういんなー とりずらたまご ういんなー とりずらたもしく すきむみるく つな	にんにく しょうが たまねぎ にんじん ぐりんぴーす きゃべつ あかぴーまん きゅうり こーん あかぴーまん たまねぎ しめじ たけのこ さやいんげん はねぎ ねぶかねぎ くりーむこーん ごぼう にんじん さやいんげん はねぎ だいこん にんじん しめじ ぐいんぴーす ほうれんそう もやし たまねぎ ぶろっこりーにんじん きゃべつ ばせり こーん ぐりんぴーす だいこん えのきたけ にんじん はねぎ きゃべつ にんじん だいこん ぱせり にんじん ぐりんぴーす きゅうり こーん かんじん きゅうり こーん かんじん きゅうり こーん かんじん たまねぎ にんじん たまねぎ にんじん たまねぎ くりんぴーす はねぎ	く が は が か か か か か か か か か か か か か か か か か	★きなこおはぎ ぎゅうにゅう ★まどれーぬ はっこうにゅう おからにゅう あめりかんどっぐ おちっとけーき ぎゅうにゅう くっきー がぶらっす。 ★ぴばふうでいるかんだっす。 まがらうにゅう まがらうにゅう まがらっす。 まがらうにゅう
15 16 17 18 19 22 23 24 25	げつ か すい もく きん げつ か すい もく きん	ちきんかれーつなさらだ ***********************************	さらだあぶら あぶら むぎ ばたー こむぎこ みるくろーる こむぎこ かたくりこ さとう あぶら こめ じゃがいも あぶら いとこんにゃく さとう しろごま ごまあぶら こめ あぶら さとう かたくりこ こめ ばんこ かたくりこ こめ ばんこ かたくりこ あぶら じゃがいも こめ むぎ さとう かたくりこ あぶら さといも ろーるばん ばたー じゃがいも さとう こめ さとう じゃがいも さらだあぶら むぎ ばたー こむぎこ うはくもち) はな・ほ こめ じゃがいも	とりももにく すきむみるく つな しろみざかな ぎゅうにゅう とりももにく あげはん とうふ なまあげ なまわかめ とりももにく なっとう はなかつお ぶたひきにく とうふ たまご ういんなー とりひきにく たまご なと ういんなー とりももにく っかる ここ なと ういんなー とりむもにく たまご なと ういんなー とりももにく たまご なと ういんなー とりももにく たまがった。 ここ なる とういんなー とりももにく たまご なと ういんなー とりももにく たまご なと ういんなー とりももにく たまご なと ういんなー とりももにく たまご なと ういんなー とりももにく たまこ ういんなー とりももにく たまご なと ういんなー とりももにく たまご なと ういんなー とりももにく たまご なと ういんなー とりももにく さった。 とりももにく たまご なと ういんなー とりももにく さった。 とりももにく たまご なと ういんなー とりももにく たった。 とりももにく たまご なる とういんなー とりももにく たった。 とりももにく たった。 とりももにく たった。 とりももにく たった。 とりももにく たった。 とりももにく たった。 とりももにく たった。 とりももにく たった。 とりももにく たった。 とりももにく たった。 とりももにく たった。 とりももにく たった。 とりももにく たった。 とりももにく たった。 とりももにく たった。 とりももにく たった。 とりももにく たった。 とりももにく とりもも とりも とりも とりも とりも とりも とりも とりも とりも とり	にんにく しょうが たまねぎ にんじん ぐりんぴーす きゃべつ あかぴーまん きゅうり こーん あかぴーまん たまねぎ しめじ たけのこ さやいんげん はねぎ ねぶかねぎ くりーむこーん ごぼう にんじん さやいんげん はねぎ だいこん にんじんしめじ ぐいんぴーす ほうれんそう もやし たまねぎ ぶろっこりーにんじん きゃべつ ばせり こーん くりんぴーす だいこん えのきたけ にんじん はねぎ きゃべつ にんじん だまねぎ だいこん ばせり にんにく しょうが たまねぎ にんじん ぐりんぴーす きゃべつ あかぴーまん きゅうり こーん かばけり にんにく しょうが たまねぎ にんじん だまねぎ だいこん ばせり にんにく しょうが たまねぎ にんじん だまねぎ だいこん ばせり にんにく しょうが たまねぎ にんじん ぐりんぴーす きゃべつ あかぴーまん きゅうり こーん	くっきー ぎばい ちゅう はい ちゅう かっき おっ かっかい ちゅう かっかい ちゅう おっ かっかい かっかい きゅう かっしん かっかい きゅう かっしん かっちゅう しゅう かんしゃ かっちゅう かっちゅう かっちゅう しゅう かっちゅう しゅう かっちゅう しゅう しゅう しゅう しゅう しゅう しゅう しゅう しゅう しゅう し	★きなこおはぎ ぎゅうにゅう ★まどれーぬ はっこうにゅう おからにゅう あめりかんどっぐ おちっとけーき ぎゅうにゅう くっきー *びざふうずいしぱん (ちっうにゅう) *ポックにゅう *ポックにゅう *ポックにゅう *ポックにゅう

食物アレルギー児は医師の指示に基づき、除去食、代替食での対応をしています。 今月生まれの子には誕生会の日におやつのプレゼントがあります。乳児は成長に応じてトマトジュース・離乳食・乳児食をたべます。 おやつ★印は給食の先生の手作りです。お楽しみに♪

