

日	月	火	水	木	金	土
						1 しゅうじ きゅうにくし にもの すいもの
2	3	4	5 しゅうじ	6	7 おたのしみ	8
	みそカツ ポテトサラダ きのこじる	あめふり つけやき チヂミ みそじる	あしどり やさしいものに みそじる	さばの たた にらのヌケ みそじる	ピザ トリム スープ	カレーの しょうがに ハムカツ みそじる
9	10	11 しゅうじ	12	13	14	15 — ねんがじょうづくり —
	さけの しおやき かぼちゃに みそじる	ぶたにくの おろしに ごまずあえ みそじる	あめふり あえもの みそじる	きのこカレ サラダ くだもの	さばの しおやき チャプチェ みそじる	チキンカツ さつまもち みそじる
16	17 おたのしみ	18	19	20 しゅうじ	21	22 — ぼうねんかい —
	とりの ハニマサトウ ナムル みそじる	カレーの ごまみそに いりごぼ きのこじる	きゅうにく コロック ひじきに みそじる	たけのこ ピザ チヂミ スープ	ぼうねんかい ぼうねんかい	
23	24	25	26	27	28	29
	— クリスマス —	— スカイ —	おたのしみ	— / 12月のカレンダーづくり —		
	ミックスフライ ポークビーンズ みそじる	とりの てりやき サラダ みそじる	さばの みそに やさしいものに きのこじる	ぶたにくの みそいため とうろの おこめ けんちん	カレーの つけやき きりぼしに みそじる	ぶたにくの しおやき サラダ みそじる
30	31					
	おやすみ					