

2020年 3月



| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|------------------------------|------------------------------|----------------------------------|---------------------------------|------------------------------|--------------------------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| | おたのしみ | | しゅうじ | | | |
| | ちらしずし にもの すいもの | カレーの つけやき ひじきに みそしる | みそカツ たまごとし きのこじる | あかうおの しおやき なすのおにぎ みそしる | きゅうりコーン ごもくまめ みそしる | カレーの につけ やき みそしる |
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| | | しゅうじ | | おやつづくり | おたのしみ | |
| | あかうおの たつた きんぴら みそしる | とりにくの てりやき サラダ みそしる | さばの しおやき 千切り みそしる | ビーフカレー ポテトサラダ くだもの | こえびの てんぷら しらあえ みそしる | おやこどん ナムル みそしる |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| | -ガーデニングはなもう- | | | しゅうじ | かつんずし | |
| | とりの からあげ にもの みそしる | さばの しょうがに いりごぼ みそしる | カレー サラダ くだもの | しらすの フライ いとこに みそしる | かりんずし | あかうおの ごまみそに 千切り きのこじる |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| | -4がつのカレンダー- | | づくり | | | しゅうじ |
| | こえびフライ すいもの みそしる | ハマシライス サラダ くだもの | あかうおの おろしに かぼちゃサラダ みそしる | とりにくの みそおにぎ すいもの きのこじる | さばの みそに チヂミ みそしる | とりにくの おろしに ごまずあえ みそしる |
| 29 | 30 | 31 | | | | |
| | ピピンパ トトリム スーパ | おやすみ | | | | |