



2022年 7月



| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|------------------------------|---------------------------------|
| | | | | | I | 2 |
| | | | | | おたのしみ | しゅうじ |
| | | | | | ちらしずし ゴヤてんぷら すいもの | (ろみごりや たこや はるめずし) みそしる |
| 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| | | | | しゅうじ | | |
| | かりんずし | ぶじんの ちゅうじ ごますあえ みそしる | あかうおの しょうに やまてん みそしる | ピロシキ トリム スーパ | カレーの からあげ はすあじ みそしる | ゆでぶた すいもの みそしる |
| 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| | | | スライド | | | |
| | きんぴら | きんぴら | ハヤシライス サラダ くだもの | さばの揚げ チヂミ みそしる | カレー ごますあえ くだもの | こびつライ ゴヤみそしる みそしる |
| 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| | おたのしみ | | しゅうじ | | | |
| | あかうおの たつた いとこに みそしる | カレーライス サラダ くだもの | カレーの ゴヤてんに あえもの みそしる | チヂミ みそしる ひじきに みそしる | さばの やまてん いりたまご みそしる | きゅうり ゴロッタ すいもの みそしる |
| 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
| | | しゅうじ | | -8がつのカレンダー- | ぶくり | |
| | カレー サラダ くだもの | さばの みそに チヂミ きのこじる | カレーの たまごサラダ みそしる | あかうおの おやき ごますあえ みそしる | さばの いため カレー みそしる | ろみごりや ソテー かぼちゃはち みそしる |
| 31 | | | | | | |