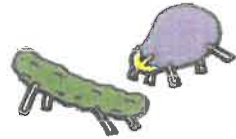




2022年 8月



日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	おたのしみ			しゅうじ		
	ちらしずし にもの すしもの	かりんずし	ガーリックソウパ ばすにもの みそしる	チキンカレー サラダ くだもの	さばの カレーテ いための みそしる	ピピンパ トリム ス-70
7	8	9	10	11	12	13
		しゅうじ			おたのしみ	
	とりもとの あまずいため チヂミ みそしる	あかうちの しょうがに きりばしに みそしる	ちゅうかのひ	さばの ばすあみん かばカレー みそしる	さばの しょうがき すのもの みそしる	カレーの コシエンに ピピンパ みそしる
14	15	16	17	18	19	20
			しゅうじ			
	おやすみ	ビーフカレー サラダ くだもの	カレーの しょうがに ささみフライ みそしる	やきとり ごまずあえ みそしる	えびマヨ やさしいおた みそしる	ゆずぶた すのもの みそしる
21	22	23	24	25	26	27
						しゅうじ
	ばすあみん サラダ くだもの	しょうがに あまずいため あまの みそしる	ぶたどん はるあめ すのもの みそしる	あかうちの うけあき たまごいため みそしる	とりもとの みそしるに シマンボット みそしる	さばのたつた ささみサラダ みそしる
28	29	30	31			
	さばのみそ カルビやき きのこじる	おや:どん ナムル みそしる	ポロギ マカロ=サラダ みそしる			
	-9がつのカレーダ-づくり-					