



# 2023年 3月



日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			しゅうじ		おたのしみ	
			ちらしずし はんぺん すももの	けいはん ごまあえ くだもの	あかうおの ゴキウシに ミンチカツ みそしる	おみやげ の ひ
5	6	7	8	9	10	11
		しゅうじ				
	とりいんの たつた はなみそ きのこじる	しろうま あなけ すもの みそしる	おひんずし	ぶつにんの しめがね たまごサウ みそしる	きゅうにく ゴキウシ すもの みそしる	えびカツ ロボとうら みそしる
12	13	14	15	16	17	18
	おたのしみ					しゅうじ
	さばの あな たまごサウ みそしる	ぶつにんの あろし ごまあえ みそしる	えびカツ だんご みそしる	ちやうだい	ぶつにんの みそしる ごもくに きのこじる	ビーフカレー サウダ くだもの
19	20	21	22	23	24	25
				4ガツのカレンダーづくり		
	フィロキ ひじきに みそしる	さばの みそ チヂミ きのこじる	きゅうどん あじもの みそしる	あかうおの かきあげ やかのクリ みそしる	ピビンパ トトリ スーポ	とんかつ やちい みそしる
26	27	28	29	30	31	
		スライドショー		しゅうじ		
	カレーの しょうがに さばもてん みそしる	ハマシライス サウダ くだもの	あかうおの ソテー カルビやき みそしる	ユーリンチ だんご みそしる	おやすみ	