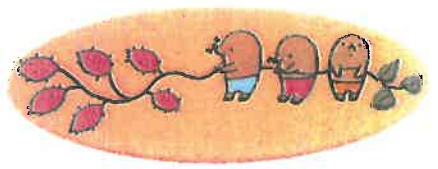




2023年 10月



日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
			しゅうじ		うんどうかい	
	ちらしずし てんぷら すもの	ぶじんの しおやき すもの みそしる	えびカツ じゃがいも クリームに みそしる	とりにくの しおやき いとこに みそしる	さばの たじた せんぱいの みそしる	ぎやめどん ゴヤカマ みそしる
8	9	10	11	12	13	14
	おたのしみ					しゅうじ
	ピビンバ トリム スーパ	カレーの ごまみそに あえもの きのこしる	すとり たまごいため みそしる	さばの ねまに いもカツ みそしる	<u>かりんずし</u>	あかうちの しおやき チアア みそしる
15	16	17	18	19	20	21
					おたのしみ	
	さばの たかなに さつまいも てんぷら みそしる	ビーフカレー サラダ くだもの	<u>うどんズリ</u>	<u>うどんズリ</u>	こびつアイ マーボ みそしる	チキンカレー ひじきに みそしる
22	23	24	25	26	27	28
	11がっの	カレンダー	づくり	しゅうじ		
	けいはん すもの くだもの	あかうちの つけやき チヂミ みそしる	ポークカツ やきものに みそしる	カレーの にづけ スタック みそしる	ハマシメス サラダ くだもの	<u>てんぷら</u> <u>のみ</u>
29	30	31				
		しゅうじ				
	<u>おこのみやき</u> <u>のみ</u>	とりのアタ ごますあえ みそしる				