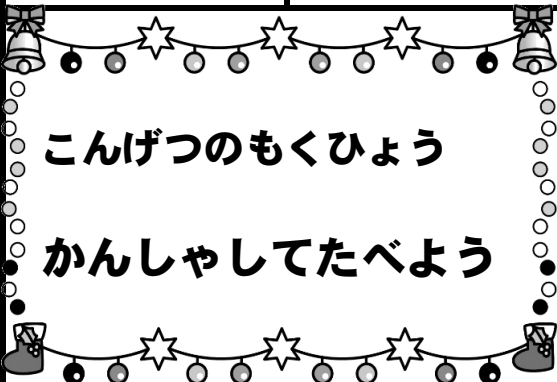




2	3	4	5	6
げつ 月	か 火	すい 水	もく 木	きん 金
ごはん ぎゅうにゅう しょうがやき なむる はくさいすーぷ みかんゼリー	ごはん ぎゅうにゅう いわしのおかか はくさいとちくわのあえもの さつまじる	あさやきこっぺばん ぎゅうにゅう おむれつ きやべつとこーんのさらだ かぼちゃのしちゅー ばなな	せるふかきあげどん ぎゅうにゅう はくさいのしおこんぶあえ こうやどうふのみそじる	ごはん ぎゅうにゅう はんばーぐおろしそーすがけ ほうれんそうのごまあえ のっぺいじる おれんじ
9	10	11	12	13
げつ 月	か 火	すい 水	もく 木	きん 金
ごはん ぎゅうにゅう とりにくのうめやき はくさいのつなあえ じゃがいもとあぶらあげのみそじる ぶどうゼリー	ごはん ぎゅうにゅう さばみそに もやしのゆかりあえ いもにじる	すばげてーみーとそーす ぎゅうにゅう ぶろっこりーとちーずのさらだ こんそめすーぷ ばなな	ごはん ぎゅうにゅう まーぼーどうふ ちきんさらだ こーんとちんげんさいのみるくすーぷ	ちきんかれーらいす ぎゅうにゅう だいずとちくわのさらだ とまととたまごのすーぷ れもんゼリー
16	17	18	19	20
げつ 月	か 火	すい 水	もく 木	きん 金
ごはん ぎゅうにゅう くろからあげ つなのりずあえ もやしのみそじる いちごゼリー	ごはん ぎゅうにゅう にらぎよーざ もやしとたまごのそてー ゆばとあおなのすーぷ	じゃがいもいりやきそば ぎゅうにゅう たまごすーぷ ごぼうさらだ よーぐると	ごはん ぎゅうにゅう もろのてりやき かんぴようさらだ とんじる	とちぎめし ぎゅうにゅう じゃがいものいそに ゆばのすましじる みかん
23	24	25		
げつ 月	か 火	すい 水		
ごはん ぎゅうにゅう さーもんふらい こーんさらだ とうふのみそじる	ごはん ぎゅうにゅう たんどりーちきん いたりあんさらだ ほうれんそうとべーこんのすーぷ くりすますけーき	しゅうぎょうしき 		

◆こんだてやざいりょうは、つごうによりへんこうすることがあります。ごりょうしょうください。

16にち～20にちは
きゅうしょくしゅうかん
とちぎのおいしいものがいっぱい!

