

# 4 がつ の こ ん だ て

	げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび
き め う し か へ	5	くっきー	7	おれんじ	9
		わかめごはん しろみさかなのあんかけ かぼちゃに ごもくじる いちご よーぐるとぎゅうにゅう	くろわっさん まかろにちきんぐらたん りんごのさらだ とまとのすーぷ よーぐるとぎゅうにゅう	かれーらいす ころっけ きゃべつのゆかりあえ あおりんごぜりー よーぐるとぎゅうにゅう	そーすやきそば はるまき ほうれんそうのなむる ちゅうかすーぷ ぎゅうにゅう
き め う し か へ	12	せんべい	14	ぷりん	16
	ごはん しそふりかけ ぶたにくのすたみないため だいこんとあつあげのもの なめこみそしる よーぐるとぎゅうにゅう	ふきごはん ほっけやき はくさいのすきやきふに けんちんしる よーぐるとぎゅうにゅう	【おべんとう】  	ごはん とりつくねのけっちゃんぷに もやしのいろいろあえ ぐだくさんみそしる よーぐるとぎゅうにゅう	そふとめん みーとそーす えだまめおむれつ れたすのさらだ やさいすーぷ ぎゅうにゅう
き め う し か へ	19	たんじょうびけーき	21	よーぐると(りんご)	23
	ごはん・ふりかけ ぎゅうにくとごぼうのしぐれに ちんげんさいのごまあえ とうふのみそしる ひとくちぜりー よーぐるとぎゅうにゅう	ごもくごはん にくじゃが ほうれんそうのしらあえ そうめんみそしる よーぐるとぎゅうにゅう	まるパン すらいすちーず きゃべつはんぱーぐ ごぼうかみかみさらだ こーんすーぷ よーぐるとぎゅうにゅう	ごはん・なっとう さばのしょうがに こまつなのおひたし ぶたじる ぎゅうにゅう	ごはん まーぼーどうふ ばんさんすー はるさめすーぷ きうい ぎゅうにゅう
き め う し か へ	26	たいやき	28	よーぐると(みかんかん)	30
	たけのこごはん とりからあげのあますあん ひじきとさつまいものいりにも もやしのみそしる よーぐるとぎゅうにゅう	ごはん さけのまよねーずやき じゃがいもとぶろっこりーのいためもの しらたまのすまししる よーぐるとぎゅうにゅう	しょくぱん ぶるーべりー&まーがりん とんかつ すばげっていのつなさらだ はるきゃべつのすーぷ ぎゅうにゅう		ごはん はっほうさい ちゅうかふうあえもの きくらげのすーぷ あんにんどうふ よーぐるとぎゅうにゅう