こんだてひょう 11 がつ

げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび
2	3	4	5	6
ほてるぱん ぴざちきん ぐりーんさらだ ばなな	ぶんかのひ	はやしらいす ごぼうさらだ ぱいなっぷる	とりそぼろどん すぱげってぃーさらだ おれんじ	えんそく （おべんとう）
9	10	11	12	13
ごはん ぶたのしょうがやき ぼいるぶろこっりー すぱそてー	ひじきごはん ちきんなげっと ぼいるきゃべつ まかろにさらだ	ごはん まーぼーどうふ はるさめさらだ	ごはん ぎゅうにくころっけ ぼいるきゃべつ だいこんのきんぴら	ごはん はんばーぐ こーるすろーさらだ まかろにばじる
16	17	18	19	20
ごはん ぶたにくのみぞれに まかろにさらだ ひじきのにもの	ごはん たらのかれーやき さんしょくさらだ こうやどうふのにもの	ごはん にくじゃがころっけ ぐりーんさらだ もやしとたまごのそてー	ごはん かれー ふるーつよーぐると	ちーずろーる くりーむしちゅー みもざさらだ
23	24	25	26	27
きんろうかんしゃのひ	ふりかけごはん とりのからあげ みずなとはむのさらだ すぱそてー	ごはん てりやきちきん だいこんさらだ さといものそぼろに	ごはん ぶたばらだいこん ぼいるぶろっこりー うのはなのいりに	わかめごはん ちーずはんぺんふらい とうふさらだ さつまいものあまに
30				
ごはん やきにく ぽてとさらだ おれんじ				
