

8 月 分

もくしゅう

た だ し い し ゅ く じ さ ほう み
正 しい 食 事 の 作 法 を 身 に つ け よ う



月 (げつ)	火 (か)	水 (すい)	木 (もく)	金 (きん)
			25日 だい 2 がっ き し ぎ ょ う し き 第 2 学 期 始 業 式	
28日 な つ や さ い か れー ら い す 夏 野 菜 の か らー い す ぎ ゅ う に ゅ う 牛 乳 ひ じ き い り つ な 入 り ツ ナ あ え れ い と う 冷 凍 み か ん	29日 む ぎ ぎ ゅ う に ゅ う 麦 ご は ん 牛 乳 や さ い こ ろ っ け 野 菜 コ ロ ッ ケ す た み な い た め ス タ ミ ナ 炒 め な す も ろ へ い や な す と モ ロ ヘ イ ヤ の み そ し る	30日 む ぎ ぎ ゅ う に ゅ う 麦 ご は ん 牛 乳 まー ぼ マ ー ボ 豆 腐 ぶ た に く 豚 肉 し ゅ う ま い ち ゅ う か 中 華 サ ラ ダ	31日 し ゅ く ぎ ゅ う に ゅ う 食 パ ン 牛 乳 い ち ご ジ ャ ム ポ ー ク ラ タ ト ー ユ チ ー ズ サ ラ ダ ピ ー チ ゼ リ ー 生 活 リ ズ ム を と り も ど そ う	