


2021年1月

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
27	28	29	30	31	1	2

3	4	5	6	7		9
					アスパラとしめじの肉巻き	

10	11	12	13	14	15		16
					サバの味噌煮		

17	18	19	20	21	22		23
					オムそば 春雨中華サラダ		

24	25	26	27	28	29		30
					肉もほろ寿司ベーコンとじゃいもの味噌汁		

31	1	×モ				
----	---	----	--	--	--	--