

2021年9月

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
29	30	31	1	2	3	4

5	6	7	8	9	10	11
						
					空心菜の肉巻き 春雨サラダ	

12	13	14	15	16	17	18
						
					鯖の炊きごみご飯&具沢山お味噌汁	

19	20	21	22	23	24	25
						
					栗ごはん&ごぼう人参サラダ	
26	27	28	29	30	1	2

3	4	×E
---	---	----