




# 2022年11月

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
30	31	1	2	3	4	5
						
ロールキャベツとポテトサラダ						
6	7	8	9	10	11	12
						
鮭のクリーム煮						
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
						
マーボー豆腐と白ネギ多量消費						
27	28	29	30	1	2	3
4	5	メモ				