



2026年 8月



日	月	火	水	木	金	土
						1
						<u>かりんずし</u>
2	3	4	5	6	7	8
	しゅうじ		へいかわつどい		しゅうじ	
	とりにくの アリヤキ サラダ スーパ	はっほうさい ニラたま スーパ	ぶたの みそいため すのもの きのこじる	あかうおの につけ きりぼしサラダ すましじる	アルコール ナムル スーパ	さばの しおやき チヂミ みそしる
9	10	11	12	13	14	15
	スライド			しゅうじ		
	カレーの ごまみそに いりどうふ きのこじる	とりの トマトソースに あえもの みそしる	しろみぎかな のおろしに ごまずあえ みそしる	にくどうふ すのもの みそしる	おぼんやすみ	おぼんやすみ
16	17	18	19	20	21	22
			しゅうじ			
	ハヤシライス サラダ くだもの	さけの クリームに ごまずあえ みそしる	おやこどん あえもの みそしる	さばの いそべやき ごもくに みそしる	ぶたしゃぶ にもの みそしる	アジの あまずあん きりぼしに すましじる
23	24	25	26	27	28	29
		しゅうじ		9がつのカレンダーづくり		
	ホッケの つけやき さんぴら みそしる	ピロピロパ トトリム スーパ	おこのみやき のひ	とりのあまから しょうゆに すのもの みそしる	あかうおの コチュジャンに ひじきに みそしる	ちらしずし にもの すいもの
30	31					
	ぶたにくの しょうがに サラダ スーパ					