

玉野スポーツセンター食事パターン表

8月 AUG	日・SUN	月・MON	火・TUE	水・WED	木・THU	金・FRI	土・SAT
					1日	2日	3日
朝食					③	④	⑤
昼食					③	④	⑤
夕食					②	③	⑥

	日・SUN	月・MON	火・TUE	水・WED	木・THU	金・FRI	土・SAT
	4日	5日	6日	7日	8日	9日	10日
朝食	⑥	①	②	③	④	⑤	⑥
昼食	⑥	①	②	③	④	⑤	⑥
夕食	①	②	③	④	⑤	⑥	①

	日・SUN	月・MON	火・TUE	水・WED	木・THU	金・FRI	土・SAT
	11日	12日	13日	14日	15日	16日	17日
朝食	①	②	③	④	⑤	⑥	①
昼食	①	②	③	④	⑤	⑥	①
夕食	②	③	④	⑤	⑥	①	②

	日・SUN	月・MON	火・TUE	水・WED	木・THU	金・FRI	土・SAT
	18日	19日	20日	21日	22日	23日	24日
朝食	②	③	④	⑤	⑥	①	②
昼食	②	③	④	⑤	⑥	①	②
夕食	③	④	⑤	⑥	①	②	③

	日・SUN	月・MON	火・TUE	水・WED	木・THU	金・FRI	土・SAT
	25日	26日	27日	28日	29日	30日	31日
朝食	③	④	⑤	⑥	①	②	③
昼食	③	④	⑤	⑥	①	②	③
夕食	④	⑤	⑥	①	②	③	④

	日・SUN	月・MON	火・TUE	水・WED	木・THU	金・FRI	土・SAT
朝食							
昼食							
夕食							