

# アイアム献立表

2023 年 1 月

1 (日)	2 (月)	3 (火)	4 (水)	5 (木)	6 (金)	7 (土)
			うどん たこやき コロッケ コーンバター ぜんざい	ドライカレー ソーセージ さつまいも コンソメスープ プリン	えびピラフ シューマイ ポテトサラダ わかめスープ フルーツゼリー	かきあげそば のりまき なっとう たまごやき たいやき
8 (日)	9 (月)	10 (火)	11 (水)	12 (木)	13 (金)	14 (土)
なっとうごはん やきざかな あつあげ みそしる みずようかん	チャーハン ギョーザ はるさめサラダ わかめスープ グレープフルーツ					ラーメン むげんもやし ザーサイ まめのにももの バナナ
15 (日)	16 (月)	17 (火)	18 (水)	19 (木)	20 (金)	21 (土)
カレーライス ミックスパジタブル マカロニサラダ わかめスープ ヨーグルト						パスタ ミニパン しおキャベツ ラタトゥイユ みかん
22 (日)	23 (月)	24 (火)	25 (水)	26 (木)	27 (金)	28 (土)
ハンバーグどん フライドポテト ナポリタンサラダ みそしる パンナコッタ						やきそば ぎょにくソーセージ くらげとキュウリ みそしる フルーツポンチ
29 (日)	30 (月)	31 (火)				
ハヤシライス ミートボール ごぼうサラダ みそしる コーヒーゼリー						

