

# アイアム献立表

2025 年 10月

|           |        |        |        |        |        |           |
|-----------|--------|--------|--------|--------|--------|-----------|
|           |        |        | 1 (水)  | 2 (木)  | 3 (金)  | 4 (土)     |
|           |        |        |        |        |        | さんさいそば    |
|           |        |        |        |        |        | のりまき      |
|           |        |        |        |        |        | かんづめそば    |
|           |        |        |        |        |        | たくあん      |
|           |        |        |        |        |        | たいやき      |
| 5 (日)     | 6 (月)  | 7 (火)  | 8 (水)  | 9 (木)  | 10 (金) | 11 (土)    |
| たきこみごはん   |        |        |        |        |        | ざるラーメン    |
| やきざかな     |        |        |        |        |        | ちまき       |
| もずくす      |        |        |        |        |        | ゆでちんげんさい  |
| みそしる      |        |        |        |        |        | わかめスープ    |
| みずようかん    |        |        |        |        |        | あんにとどうふ   |
| 12 (日)    | 13 (月) | 14 (火) | 15 (水) | 16 (木) | 17 (金) | 18 (土)    |
| ミートドリア    |        |        |        |        |        | ビーフシチュー   |
| あおまめサラダ   |        |        |        |        |        | パン(SELP)  |
| にんじんサラダ   |        |        |        |        |        | ゆでほうれんそう  |
| コーンスープ    |        |        |        |        |        | ポテトサラダ    |
| チョコアイス    |        |        |        |        |        | バナナ       |
| 19 (日)    | 20 (月) | 21 (火) | 22 (水) | 23 (木) | 24 (金) | 25 (土)    |
| カレーライス    |        |        |        |        |        | スパゲッティー   |
| めだまやき     |        |        |        |        |        | ロールパン(??) |
| ゆでレタス     |        |        |        |        |        | ピーマンこんぶ   |
| コンソメスープ   |        |        |        |        |        | ゆでカリフラワー  |
| ヨーグルト     |        |        |        |        |        | プリン       |
| 26 (日)    | 27 (月) | 28 (火) | 29 (水) | 30 (木) | 31 (金) |           |
| チャーハン     |        |        |        |        |        |           |
| ギョーザ      |        |        |        |        |        |           |
| にんにくのめいため |        |        |        |        |        |           |
| わかめスープ    |        |        |        |        |        |           |
| マンゴープリン   |        |        |        |        |        |           |