

## 献立表

現 場：リビングフォレスト

献立種類：常食（個別献立 / A）

期 間：2022/8/1～2022/8/7

	月 1	火 2	水 3	木 4	金 5	土 6	日 7
朝食	パン スパゲティサラダ 白桃缶 牛乳/コーヒー	パン 野菜サラダ みかん缶 牛乳/コーヒー	サンドイッチ（ハム） ヨーグルト 牛乳/コーヒー	パン オムレツ バナナ 牛乳/コーヒー	パン 野菜ソテー 洋梨缶 牛乳/コーヒー	ごはん 出し巻き卵 オクラのお浸し 味噌汁	パン 野菜サラダ フルーツミックス缶 牛乳/コーヒー
昼食	ごはん 豚肉のおろし煮 じゃが芋のバター炒め オクラのおかか和え 味噌汁	ごはん アカウオの煮付け なす田楽 キャベツのツナマヨ和え すまし汁	★納涼祭★ ちらし寿司 鶏のから揚げ たこ焼き フランクフルト そうめん	ごはん サバの煮付け さつま芋の金平 フゲンサイのなめ茸和え 味噌汁	ごはん 豚肉の薬味炒め 切干大根の炒め煮 白菜の生姜醤油和え すまし汁	たまごふりかけごはん 冷やしきつねうどん しゅうまい 白菜の昆布和え ぶどうゼリー	ごはん 白身魚の南蛮漬け さつま芋と金時豆の煮物 ブロッコリーの梅かつお和え すまし汁
夕食	ごはん サケの塩こうじ漬焼き 冬瓜のかにあんかけ もやしのナムル すまし汁	ごはん 蒸し鶏のごまだれかけ レンコンの炒め物 春菊の湯葉和え 味噌汁	ごはん メバルの柚子香煮 インゲンの玉子炒め 胡瓜の酢の物 味噌汁	ごはん 鶏の味噌焼き キャベツの煮浸し 海藻サラダ（香味和風ドレ） すまし汁	ごはん エビチリ ジャーマンポテト 小松菜のじゃこ和え 中華スープ	ごはん 牛肉の甘辛煮 スナップエンドウのソテー ハムサラダ（青じそ） すまし汁	ごはん 鶏の照り焼き インゲンの炒め物 卵豆腐 味噌汁

## 献立表

現 場：リビングフォレスト

献立種類：常食（個別献立 / A）

期 間：2022/8/8～2022/8/14

	月 8	火 9	水 10	木 11	金 12	土 13	日 14
朝食	パン 肉団子のスープ煮 白桃缶 牛乳/コーヒー	パン 野菜サラダ みかん缶 牛乳/コーヒー	サンドイッチ（たまご） ヨーグルト 牛乳/コーヒー	パン じゃが芋のスープ煮 バナナ 牛乳/コーヒー	パン スパゲティサラダ 洋梨缶 牛乳/コーヒー	菓子パン 目玉焼き ヨーグルト 豆乳/コーヒー	パン ミートボール フルーツミックス缶 牛乳/コーヒー
昼食	ごはん サワラの香味焼き ふきのかか煮 小松菜の辛子和え すまし汁	☆会席料理☆	ごはん サバの味噌煮 レンコンのそぼろ炒め キャベツの香味和え かき玉汁	ハヤシライス エビフライ ごぼうサラダ（ごまドレ） プリン	ごはん サケの塩焼き 冬瓜の煮物 オクラのポン酢和え 味噌汁	ごはん 肉じゃが 茄子の味噌炒め チンゲンサイの和え物 すまし汁	ごはん 豚の生姜焼き 大根の洋風煮 菜の花の錦糸和え すまし汁
夕食	ごはん 牛肉のスタミナ炒め 蒸し茄子 白菜の甘酢和え 味噌汁	ごはん カレイの煮付け 竹輪の金平 ほうれん草と湯葉の和え物 味噌汁	ごはん メンチカツ 白菜の中華炒め 冷奴 味噌汁	ごはん 鶏肉のゆず香り焼き 南瓜の煮付け 春菊の和え物 すまし汁	ごはん 豚バラ白菜 ピーマンの炒め物 きゅうりの浅漬 すまし汁	ごはん アジの漬け焼き しろ菜の炒め煮 ブロッコリーの柚子ドレ和え 味噌汁	ごはん タチウオの蒲焼き 若竹煮 インゲンのささみ和え 味噌汁

## 献立表

現 場：リビングフォレスト

献立種類：常食（個別献立 / A）

期 間：2022/8/15～2022/8/21

	月 15	火 16	水 17	木 18	金 19	土 20	日 21
朝食	パン オムレツ 白桃缶 牛乳/コーヒー	パン 野菜サラダ みかん缶 牛乳/コーヒー	サンドイッチ（ポテト） ヨーグルト 牛乳/コーヒー	パン ナポリタン バナナ 牛乳/コーヒー	パン 大豆サラダ 洋梨缶 牛乳/コーヒー	菓子パン スクランブルエッグ ヨーグルト 豆乳/コーヒー	パン ウインナーソテー フルーツミックス缶 牛乳/コーヒー
昼食	ごはん 筑前煮 かき揚げ ブロッコリーのサラダ（オリーブ） 味噌汁	ごはん カレイの照り焼き ピーマンソテー チンゲンサイの三色和え すまし汁	☆ピクニック弁当風☆ おかかふりかけごはん から揚げ・コロケ 出し巻き卵 ミートボール 大学芋 ブロッコリーのサラダ（イタリアン） 漬物（ごま昆布） コンソメスープ フルーツ（パイナップル）	ごはん アジの梅煮 にら玉炒め 菜の花のドレッシング和え（グリーン） 味噌汁	ごはん アカウオの漬け焼き 冬瓜の煮物 ほうれん草のじゃこ和え 味噌汁	たらこふりかけごはん 冷麺 焼き餃子 白菜の柚子香和え 杏仁豆腐	ごはん 牛肉の生姜煮 焼きビーフン ブロッコリーのわさびマヨ和え すまし汁
夕食	ごはん ホッケの塩焼き ごぼうの煮物 ほうれん草のごま和え すまし汁	ごはん マーボー茄子 じゃが芋の煮物 小松菜の和え物 中華スープ	ごはん 南瓜コロケ イカ団子の煮物 春菊の辛子和え すまし汁	ごはん 鶏のネギソース レンコンの炒め物 オクラのツナマヨ和え すまし汁	ごはん 牛肉ソテー（おろしたれかけ） 小松菜の煮浸し かぶのサラダ（ごまドレ） 味噌汁	ごはん 回鍋肉 しゅうまい もやしのナムル 中華スープ	ごはん サワラの幽庵焼き ピーマンの甘辛炒め 春菊のおかか和え 味噌汁

## 献立表

現 場：リビングフォレスト

献立種類：常食（個別献立 / A）

期 間：2022/8/22～2022/8/28

	月 22	火 23	水 24	木 25	金 26	土 27	日 28
朝食	パン 野菜サラダ 白桃缶 牛乳/コーヒー	パン マカロニサラダ みかん缶 牛乳/コーヒー	サンドイッチ（ハム） ヨーグルト 牛乳/コーヒー	パン 野菜ソテー バナナ 牛乳/コーヒー	パン ポテトサラダ 洋梨缶 牛乳/コーヒー	菓子パン ゆで卵 ヨーグルト 豆乳/コーヒー	パン じゃが芋の洋風煮 フルーツミックス缶 牛乳/コーヒー
昼食	シーフードカレー ササミチーズフライ キャベツサラダ（フレンチ白） オレンジ	ごはん チンジャオロース チンゲンサイの煮浸し 春雨の中華和え 中華スープ	ごはん カレイの煮付け はんぺんの磯辺揚げ 茄子のおかか和え 味噌汁	ごはん 鶏肉のポン酢炒め ぜんまいの炒め煮 オクラとトマトの和え物（デリシャス） すまし汁	☆お誕生日会☆ ごはん 鶏の唐揚げ・ハンバーグ オムレツ レタスサラダ（イタリアン） コンソメスープ フルーツ（パイナップル・キウイ） ティラミス	他人丼 切干大根の炒め煮 チンゲンサイの和え物 すまし汁 水ようかん	ごはん メバルの照り焼き えびしんじょ もやしの錦糸和え 味噌汁
夕食	ごはん 鶏の塩こうじ漬け焼き 南瓜の甘辛炒め 小松菜の湯葉和え 味噌汁	ごはん タラのタルタルソース焼き きのこのソテー ごまだれサラダ コンソメスープ	ごはん 豚の角煮 金平ごぼう 菜の花のお浸し すまし汁	ごはん 白身魚の中華あんかけ 厚揚げの煮物 もずく酢 味噌汁	ごはん サバの塩焼き ほうれん草のソテー ブロッコリーのマヨ和え 味噌汁	ごはん 肉団子の甘酢炒め ひじき煮 おろし菜のドレッシング和え（青じそ） 味噌汁	ごはん ロール白菜 和風スパゲッティ キャベツのツナ和え すまし汁

## 献立表

現 場：リビングフォレスト

献立種類：常食（個別献立 / A）

期 間：2022/8/29～2022/8/31

	月 29	火 30	水 31	木	金	土	日
朝食	パン ナポリタン 白桃缶 牛乳/コーヒー	パン 大豆サラダ みかん缶 牛乳/コーヒー	サンドイッチ（たまご） ヨーグルト 牛乳/コーヒー				
昼食	ごはん ホッケの焼き浸し レンコンのそぼろ煮 インゲンのごま和え 味噌汁	ごはん 鶏のねぎ味噌焼き 筍の煮物 菜の花のお浸し すまし汁	ごはん エビマヨ チンゲンサイの炒め物 春雨の中華ドレ和え 中華スープ				
夕食	ごはん 豚肉のオyster炒め 大根の煮物 胡瓜の梅しそ和え かき玉汁	ごはん アカウオの生姜煮 小松菜の炒め物 もやしの和え物 味噌汁	ごはん 牛肉の野菜炒め 南瓜の煮付け カリフラワーのチリ（ごまドレ） 味噌汁				