

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：2023/5/1～2023/5/7

	月 1	火 2	水 3	木 4	金 5	土 6	日 7
朝食	パン オムレツ 白桃缶 牛乳/コーヒー	パン コンソメ煮 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 ウインナーソテー みかん缶 牛乳/コーヒー	パン ポテトサラダ 洋梨缶 牛乳/コーヒー	ごはん 出し巻き卵 ほうれん草のお浸し 味噌汁	パン スパゲティサラダ フルーツミックス缶 牛乳/コーヒー
昼食	たまごふりかけごはん 海鮮やきそば 焼き餃子 大根の梅肉和え 中華スープ	ごはん サバの煮付け ピーマンのピリ辛炒め 春菊の湯葉和え 味噌汁	ごはん えびチリ もやしのニラ炒め チンゲンサイの和え物 ワカメスープ	ごはん カレイの生姜煮 青梗菜とエビの炒め物 オクラのとろろ和え すまし汁	ピラフ 加工クリーム・コンクリイミー・エビフライ キャベツのソテー ポテトサラダ コンソメスープ	ごはん アジの梅煮 インゲンのじゃこ炒め 菜の花の和え物 味噌汁	ごはん 豚肉と厚揚げの旨煮 大根の煮物 チンゲンサイの生姜醤油和え 味噌汁
夕食	ごはん 豚肉と茄子のみそ炒め 蓮根とこんにゃくの煮物 ほうれん草の和え物 すまし汁	ごはん 鶏肉のゆず香り焼き 里芋の煮物 菜の花のドレ和え（青シ） すまし汁	ごはん すき焼き煮 なすのそぼろ炒め ほうれん草の和え物（ゆずドレ） すまし汁	ごはん ハンバーグ アスパラのソテー 白菜のしそのみ和え 味噌汁	ごはん アカアの塩こうじ焼き 炊き合わせ 小松菜のなめ茸和え 味噌汁	ごはん 八宝菜 肉団子 えだ豆サラダ（フルツ白） すまし汁	ごはん ホッケの漬け焼き 長芋の揚げ煮 小松菜のポン酢和え 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：2023/5/8～2023/5/14

	月 8	火 9	水 10	木 11	金 12	土 13	日 14
朝食	パン 大豆サラダ 白桃缶 牛乳/コーヒー	パン オムレツ 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 マカロニサラダ バナナ 牛乳/コーヒー	パン 野菜サラダ 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 野菜のソテー フルーツミックス缶 牛乳/コーヒー
昼食	ごはん メンチカツ 切干大根の炒め煮 ほうれん草の和え物 すまし汁	ごはん 豚肉のごま煮 ピーマンとツナのソテー キャベツサラダ（フレッシュ白） 味噌汁	☆コース料理☆	鶏天丼 えびしんじょ ほうれん草の海苔和え 味噌汁 ヨーグルト（ブルーベリーソース）	ごはん タラの梅煮 ピーマンの甘辛炒め 春雨サラダ 味噌汁	ごはん シーフードシチュー キャベツの炒め物 胡瓜のじゃこ和え いちごゼリー	たらこふりかけごはん 肉うどん 焼きなす 菜の花の酢味噌和え コンポート（リンゴ）
夕食	ごはん 鶏の照り焼き ぜんまい炒め ブロッコリーのドレ和え（梅ドレ） 味噌汁	ごはん カレーのみぞれ煮 レンコンの炒め物 ごぼうサラダ すまし汁	ごはん マスの塩焼き レバニラ炒め 白菜のごま和え 味噌汁	ごはん サバの照り焼き 南瓜の煮付け チゲンサイのドレ和え（デリシヤス） すまし汁	ごはん 豚肉ときのこのオムレツ炒め ひじきの炒め煮 長いも短冊 すまし汁	ごはん 牛肉の柳川煮 ブロッコリーのソテー トマトサラダ（フレッシュドレ） 味噌汁	ごはん メバルの煮付け 里芋とインゲンの味噌仕立て カリフラワーのサラダ 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：2023/5/15～2023/5/21

	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 クリーム煮(ほうれん草) 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 マカロニサラダ バナナ 牛乳/コーヒー	パン 白菜のクリーム煮 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 サワラの幽庵焼き ピーマンの炒め煮 白菜の和え物 すまし汁	チキンカレー コンクリミフライ ツナサラダ(シザードレ) プリン	ごはん アジの漬け焼き 冬瓜のあんかけ 春菊の昆布和え 味噌汁	☆ピクニック弁当風☆ ふりかけごはん ハンバーグ エビフライ・ポテト ミートスパゲッティ カリフラワーの揚げ(和風ごまドレ) 漬物(高菜) 味噌汁 フルーツ(オレンジ)	ごはん サバの味噌煮 インゲンの炒め物 もずく酢 すまし汁	ごはん 牛肉ソテー(おろしたれかけ) 南瓜の煮物 サラダ(フルチ赤) 味噌汁	ごはん ホッケの塩焼き 長芋の白煮 しろなの錦糸和え すまし汁
夕食	ごはん 鶏の塩こうじ漬け焼き 筍の煮物 春菊のドレ和え(青じそ) 味噌汁	ごはん 海鮮炒め ミートボール オクラの梅鮭和え すまし汁	牛丼 ピーマンとエビの炒め物 しろ菜の和え物 すまし汁 ゼリー(マスカット)	ごはん 変わり揚げ 金時豆とさつまいもの煮物 チンゲンサイのお浸し 味噌汁	ごはん 蒸し鶏のごまだれかけ ピーマンの炒め煮 菜の花のドレ和え(ごま醤油) 味噌汁	ごはん ホキの甘酢あんかけ 小松菜の煮浸し 切干大根の和え物(ゆずドレ) すまし汁	ごはん 豚肉の甘辛煮 きのこソテー ほうれん草の海苔和え 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：2023/5/22～2023/5/28

	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 野菜ソテー 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 スパゲティサラダ バナナ 牛乳/コーヒー	パン ミートボール 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 野菜ソテー フルーツミックス缶 牛乳/コーヒー
昼食	ごはん 鶏のはちみつ照り焼き なすの煮物 春菊のドレ和え（中華ドレ） すまし汁	ごはん カレイの煮付け ビーフソテー インゲンのごま和え すまし汁	ごはん 豚肉のスタミナ炒め 若竹煮 ほうれん草の和え物 すまし汁	散らし寿司 白菜の煮浸し ブロッコリーの和え物 赤出し ようかん	☆お誕生日会☆ ひじき御飯 天ぷら盛り合わせ まぐろの山掛け 卵豆腐 赤だし フルーツ（2種） サワーチェリーケーキ	おかかごはん ちゃんぽんめん しゅうまい 小松菜の和え物 杏仁豆腐	ごはん 鶏肉の酒粕焼き 里芋とこんにゃくの煮物 ほうれん草のポン酢和え すまし汁
夕食	ごはん 好材のかば焼き 冬瓜の煮物 チゲンサイの和え物 味噌汁	ごはん ポテサラコロッケ ピーマンのオイスター炒め オクラの麺つゆ和え 味噌汁	ごはん マスの幽庵焼き 鶏肉の旨煮 大根のナムル 味噌汁	ごはん 牛肉の彩り炒め じゃが芋のそぼろ煮 菜の花の和え物 すまし汁	ごはん 豚しゃぶ（ごまだれ） 大根のえびあんかけ 胡瓜の中華ドレ和え 味噌汁	ごはん サワラの香味焼き 五目煮 しる菜のドレ和え（青じそ） 味噌汁	ごはん マーボー茄子 白菜のツナ煮 アスパラの和え物（デリシヤス） 中華スープ

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：2023/5/29～2023/5/31

	月 29	火 30	水 31	木	金	土	日
朝食	パン コンソメ煮 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（ハム） ヨーグルト 牛乳/コーヒー				
昼食	ごはん 豚の生姜焼き 海鮮団子の煮物 春菊のお浸し すまし汁	ごはん 鶏肉のポン酢炒め 冬瓜の煮物 小松菜のなめ茸和え 味噌汁	ごはん マスの塩焼き ひじき煮 もやしの中華ドレ和え 味噌汁				
夕食	ごはん アカウオの煮付け ピーマンの炒め物 インゲンのごま和え 味噌汁	おかかふりかけごはん にゅうめん かき揚げ 菜の花の湯葉和え ようかん	ごはん 豚肉野菜炒め しゅうまい レタスとトマトのサラダ すまし汁				