

## 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：2023/6/1～2023/6/4

	月	火	水	木	金 2	土 3	日 4
朝食				パン スープ煮(マカロニ) バナナ 牛乳/コーヒー	パン ウイナーソテー 洋梨缶 牛乳/コーヒー	ごはん 出し巻き卵 小松菜のお浸し 味噌汁	パン コンソメ煮(加777) フルーツミックス缶 牛乳/コーヒー
昼食				ごはん 牛肉の薬味炒め 茄子の揚げ浸し 白菜の甘酢和え すまし汁	ごはん メバルの漬け焼き 五目煮豆 キャベツの香味柚子ドレ和え 味噌汁	ごはん スキキコロッケ・クリームコロッケ 白菜の洋風煮 海藻サラダ(青じそドレ) すまし汁	ごはん 牛しゃぶ レンコンの金平 菜の花の和え物 すまし汁
夕食				ごはん サワラの照り煮 里芋の煮物 カリフラワーのマヨ和え 味噌汁	ごはん 豚肉の塩こうじ炒め 切干大根の煮物 チゲソウのナムル すまし汁	ごはん 鶏肉の旨煮 ブロッコリーのソテー もやしの梅かつお和え 味噌汁	ごはん カレーの生姜煮 ピーマンの甘辛炒め 大根サラダ(ごまドレ) 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：2023/6/5～2023/6/11

	月 5	火 6	水 7	木 8	金 9	土 10	日 11
朝食	パン オムレツ 白桃缶 牛乳/コーヒー	パン 白菜のドレ和え 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 オムレツ 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 スープ煮（アスパラ） フルーツミックス缶 牛乳/コーヒー
昼食	ごはん サバの塩焼き 若竹煮 小松菜となめこのお浸し 味噌汁	ごはん 牛肉の甘辛炒め さつま芋のレモン煮 オクラのポン酢和え 味噌汁	ごはん 和風ハンバーグ 小松菜の煮浸し 卵豆腐 すまし汁	ごはん アカウオの生姜煮 はんぺんの磯辺揚げ インゲンのごま和え 味噌汁	ごはん エビチリ しろ菜のお浸し 中華スープ 杏仁豆腐	ごはん サワラの煮付け 海鮮炒め 白菜の梅かつお和え 味噌汁	ごはん かひの唐揚げ（おろしポン酢） じゃがいもの千切り炒め ほうれん草のお浸し 味噌汁
夕食	ごはん 豚バラ白菜 南瓜の煮付け インゲンのおかか和え すまし汁	ごはん 変わり揚げ ピーマンのツナソテー 菜の花の磯辺和え すまし汁	ごはん アジの南蛮漬け 冬瓜の煮物 ほうれん草の香味ゆず和え 味噌汁	ごはん 鶏肉の味噌炒め 蓮根とこんにゃくの煮物 オクラのとろろ和え すまし汁	ごはん マスの塩こうじ漬け焼き 鶏レバーの甘辛煮 チゲンサイの和風ドレ和え 味噌汁	ごはん 豚肉のスタミナ炒め 筍とふきの煮物 菜の花の錦糸和え すまし汁	牛丼 小松菜の煮浸し カリフラワーのサラダ（青じそ） すまし汁 イチゴゼリー

## 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：2023/6/12～2023/6/18

	月 12	火 13	水 14	木 15	金 16	土 17	日 18
朝食	パン スープ煮（肉団子） 白桃缶 牛乳/コーヒー	パン 南瓜サラダ 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 ウインナーソテー 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 ゆで卵 ヨーグルト 豆乳/コーヒー	パン コンソメ煮（白菜） フルーツミックス缶 牛乳/コーヒー
昼食	ごはん 八宝菜 しゅうまい 胡瓜の生姜和え ワカメスープ	ごはん <small>エビフライ・カレーコロッケ・牛肉コロッケ</small> 海鮮団子の煮物 もずく酢 すまし汁	☆会席料理☆	ごはん <small>豚肉ときのこのオムレツ炒め</small> 冬瓜のえびあんかけ 菜の花のおかか和え すまし汁	ごはん 好肉の梅煮 焼き茄子 もやしのナムル 味噌汁	ごはん 肉じゃが チンゲンサイの炒め物 ブロッコリーのマヨ和え すまし汁	たらこふりかけごはん 冷麺 カニしゅうまい <small>キャベツのサラダ（ごまドレ）</small> オレンジゼリー
夕食	ごはん アカウオの照り焼き 長芋の白煮 菜の花のわさび和え 味噌汁	ごはん 鶏肉のゆず香り焼き 里芋の煮物 <small>チンゲンサイの中華ドレ和え</small> 味噌汁	ごはん ホッケの塩焼き 南瓜のそぼろ煮 豆腐サラダ（ごま醤油） すまし汁	ごはん アジの漬け焼き じゃこピーマン炒め キャベツのごま和え 味噌汁	ごはん 鶏肉のもろみ味噌焼き 南瓜とふきの煮物 胡瓜の即席漬け すまし汁	ごはん メバルの煮付け レンコンのそぼろ炒め 和風サラダ（デリシャス） 味噌汁	ごはん 豚肉と大根の煮物 インゲンときのこのこりー ほうれん草の和え物 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：2023/6/19～2023/6/25

	月 19	火 20	水 21	木 22	金 23	土 24	日 25
朝食	パン オムレツ 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 大豆サラダ 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	パン 目玉焼き ヨーグルト 豆乳/コーヒー	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	ハヤシライス メンチカツ・カニクリームコロッケ 海藻サラダ（香味和風ドレ） プリン	ごはん タチウオの蒲焼き チンゲンサイの煮浸し なめこと山菜のおろしあえ 味噌汁	ごはん 蒸し鶏のごまだれかけ 金平ごぼう もやしの錦糸和え すまし汁	☆ピクニック弁当風☆ ふりかけごはん ハンバーグ 出し巻き卵 コロケ・ポテト たらこスパゲッティ ブロッコリーのサラダ（野菜ドレ） 漬物（しば漬け） すまし汁 フルーツ（キウイ）	ごはん 豚肉と厚揚げの旨煮 茄子の味噌炒め 春雨のサラダ（ごま醤油） すまし汁	ごはん サバのごま焼き 筍の煮物 白菜の生姜醤油和え 味噌汁	ごはん アカウオの生姜煮 里芋の土佐煮 菜の花の和え物 味噌汁
夕食	ごはん アカウオの西京焼き ジャーマンソテー 菜の花のごま和え けんちん汁	ごはん チンジャオロース さつま芋の甘煮 きゅうりの酢の物 中華スープ	ごはん ホキの天ぷら（中華あん） ぜんまいの炒め煮 オクラのポン酢和え 味噌汁	ごはん サワラの幽庵焼き ほうれん草の煮浸し なます 味噌汁	ごはん カレーの照り煮 チンゲンサイの炒め物 カワラワの梅かつお和え 味噌汁	ごはん 鶏の甘酢あんかけ 大根の煮物 ほうれん草の和え物 すまし汁	ごはん 豚しゃぶ チンゲンサイの華風炒め ごぼうサラダ 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：2023/6/26～2023/6/30

	月 26	火 27	水 28	木 29	金 30	土	日
朝食	パン オムレツ 白桃缶 牛乳/コーヒー	パン ほうれん草のクリーム煮 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 野菜のソテー バナナ 牛乳/コーヒー	パン 南瓜のクリーム煮 洋梨缶 牛乳/コーヒー		
昼食	ごはん すき焼き煮 レンコンのピリ辛炒め もやしの和え物 かき玉汁	たまごふりかけご飯 冷やしうどん（梅おろし） 鶏天 ブロッコリーの錦糸和え いちごムース	ごはん サバの照り焼き ひじきの五目煮 しろ菜の和え物 味噌汁	親子丼 ぜんまいの煮付け キャベツのじゃこ炒め すまし汁 ぶどうゼリー	☆お誕生日会☆ オムライス サミチズ・フライ・マンチカツ 和風きのこスパゲティ サラダ（フレッシュ） コーンスープ キウイ チョコケーキ		
夕食	ごはん エビマヨ 南瓜のソテー オクラの香味ドレ和え わかめスープ	ごはん 豚肉の彩り炒め 炊き合わせ キャベツサラダ（デリシヤス） 味噌汁	ごはん 鶏肉のさっぱり煮 白菜の柚子和え アスパラサラダ（サザン） すまし汁	ごはん サワラの香味焼き 里芋のそぼろあんかけ 小松菜の生姜醤油和え 味噌汁	ごはん ホッケの塩焼き もやしのカレー炒め 菜の花の和え物 味噌汁		