

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：2025/1/13～2025/1/19

	月 13	火 14	水 15	木 16	金 17	土 18	日 19
朝食	パン オムレツ 白桃缶 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	サンドイッチ（たまご） 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 野菜のソテー 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 マカロニサラダ フルーツミックス缶 牛乳/コーヒー
昼食	ごはん 肉じゃが インゲンのソテー 春雨サラダ 味噌汁	ごはん 鶏の味噌漬け焼き 金平ごぼう ブロッコリーのたらマヨ和え すまし汁	ごはん エビチリ 白菜のコンソメ煮 もやしのナムル 中華スープ	☆ピクニック弁当風☆ ふりかけごはん メンチカツ・コロケ しゅうまい 出し巻き卵 大学芋 海藻サラダ 漬物（ごま昆布） コンソメスープ フルーツ（キウイ・りんご）	ごはん サバの生姜煮 筍の煮物 小松菜のごま和え 豚汁	ごはん 牛肉のスタミナ炒め なすのそぼろ煮 オクラの和え物 すまし汁	豚丼 がんもの煮物 小松菜の和え物 味噌汁 イチゴゼリー
夕食	ごはん サケの塩焼き キャベツの味噌炒め ピーマンのじゃこ和え すまし汁	ごはん メバルの柚子香煮 切干大根の炒め煮 水菜のサラダ 味噌汁	ごはん 豚肉の薬味炒め 南瓜の煮付け ほうれん草の磯辺和え すまし汁	ごはん 鶏の黒砂糖煮 ピーマンの甘辛炒め ｶﾌｫｰのごまﾄﾞﾚ和え 味噌汁	ごはん 回鍋肉 小籠包 白菜のサラダ 中華スープ	ごはん 白身魚の南蛮漬け さつま芋の甘煮 胡瓜の錦糸和え すまし汁	ごはん おでん もやしのソテー 菜の花のわさび和え 味噌汁