

<献立表>

現場 ：リビングフォレスト

献立種類：常食（通常／A）

年月日 ：2025年6月1日（日）～ 2025年6月7日（土）

	日 1	月 2	火 3	水 4	木 5	金 6	土 7
朝食	パン コンソメ煮（ｶﾌﾌﾜｰ） フルーツミックス缶 牛乳/コーヒー	パン オムレツ 黄桃缶 牛乳/コーヒー	パン 白菜のﾄﾞﾚ和え みかん缶 牛乳/コーヒー	サンドイッチ（ﾎﾑ） ヨーグルﾄ 牛乳/ｺｰﾋｰ	パン 南瓜サラダ 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	ごはん 出し巻き卵 ほうれん草のお浸し 味噌汁
昼食	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	ごはん ｽｷﾞｷｺﾛｯｹ・ｸﾘｰﾑｺﾛｯｹ 南瓜の煮付け インゲンのおかか和え すまし汁	ごはん 牛肉の甘辛炒め さつま芋のﾚﾓﾝ煮 オクラのﾎﾝ酢和え 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	さけふりかけごはん お好み焼き しろ菜のお浸し すまし汁 杏仁豆腐	ごはん サワラの煮付け 海鮮炒め 菜の花の錦糸和え 味噌汁
夕食	ごはん カレイの生姜煮 ピーマンの甘辛炒め 大根サラダ 味噌汁	ごはん 豚バラ白菜 ブロッコリーのソテー 海藻サラダ 味噌汁	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 ほうれん草の和え物 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 ﾎﾝｹﾞﾝｻｲのﾄﾞﾚ和え 味噌汁	ごはん 豚肉のスタミナ炒め 筍とふきの煮物 白菜の梅かつお和え すまし汁

＜献立表＞

現場 ：リビングフォレスト

献立種類：常食（通常／A）

年月日 ：2025年6月8日（日）～ 2025年6月14日（土）

	日 8	月 9	火 10	水 11	木 12	金 13	土 14
朝食	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	パン スープ煮（肉団子） 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（たまご） 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 パイン缶 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
昼食	ごはん 豚肉ときのこのオムレツ炒め 冬瓜のえびあんかけ 小松菜のおかか和え すまし汁	ごはん 八宝菜 しゅうまい 大根の生姜和え ワカメスープ	ごはん Eビ・フライ・牛肉コロッケ 海鮮団子の煮物 もずく酢 すまし汁	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	☆会席料理☆ 胡瓜とみょうがの和え物 ホタテ茶碗蒸し ステーキ 天ぷら盛り合わせ たこ飯 赤出し オレンジケーキ	ごはん 鶏肉の味噌焼き 南瓜とふきの煮物 胡瓜の即席漬け すまし汁	ごはん 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
夕食	ごはん ホッケの塩焼き 南瓜のそぼろ煮 豆腐サラダ すまし汁	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 チンゲンサイの中華和え 味噌汁	牛丼 小松菜の煮浸し カリフラワーのサラダ すまし汁 イチゴゼリー	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 好肉の梅煮 焼き茄子 もやしのナムル 味噌汁	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 味噌汁

<献立表>

現場 ：リビングフォレスト

献立種類：常食(通常／A)

年月日 ：2025年6月15日（日）～ 2025年6月21日（土）

	日 15	月 16	火 17	水 18	木 19	金 20	土 21
朝食	パン コンソメ煮(白菜) フルーツミックス缶 牛乳/コーヒー	パン オムレツ 黄桃缶 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(ポテト) 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	菓子パン ゆで卵 ヨーグルト 豆乳/コーヒー
昼食	たらこふりかけごはん 冷麺 カニしゅうまい キャベツのサラダ オレンジゼリー	ハヤシライス メンチカツ・野菜コロッケ 海藻サラダ 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 コロッケ・ポテト たらこスパゲッティ ブロッコリーのサラダ 漬物(しば漬け) すまし汁 フルーツ(キウイ)	ごはん カレイの照り煮 茄子の味噌炒め カラワケの梅かつお和え 味噌汁	ごはん 鶏の甘酢あんかけ 大根の煮物 白菜の生姜醤油和え すまし汁
夕食	ごはん 豚肉と大根の煮物 インゲンときのこソテー ほうれん草の和え物 味噌汁	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 豚肉と厚揚げの旨煮 チンゲンサイの炒め物 春雨のサラダ すまし汁	ごはん サバの山椒焼き 筍の煮物 小松菜の和え物 味噌汁

＜献立表＞

現場 ：リビングフォレスト

献立種類：常食（通常／A）

年月日 ：2025年6月22日（日）～ 2025年6月28日（土）

	日 22	月 23	火 24	水 25	木 26	金 27	土 28
朝食	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	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（ハム） 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 パイ缶 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
昼食	ごはん サケの塩こうじ漬け焼き レンコンの炒り煮 ほうれん草の和え物 すまし汁	ごはん エビマヨ 茄子のピリ辛炒め オクラのドレ和え わかめスープ	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	☆お誕生日会☆ オムライス サミチ・ス・フライ・メンチカツ 和風きのこスパゲティ サラダ コーンスープ キウイ チョコケーキ	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	ごはん 回鍋肉 にら饅頭 オクラのサラダ ワカメスープ
夕食	ごはん 豚肉のごま煮 ピーマンのツナ炒め キャベツサラダ 味噌汁	ごはん すき焼き煮 南瓜のソテー もやしの和え物 かき玉汁	ごはん 豚肉の彩り炒め 炊き合わせ キャベツサラダ 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 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 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	ごはん アジの漬け焼き なすの煮物 しろ菜の梅肉和え すまし汁

<献立表>

現場 ：リビングフォレスト

献立種類：常食（通常／A）

年月日 ：2025年6月29日（日）～ 2025年6月30日（月）

	日 29	月 30					
朝食	パン 野菜サラダ フルーツミックス缶 牛乳/コーヒー	パン スパゲティサラダ 黄桃缶 牛乳/コーヒー					
昼食	ごはん アカウオの生姜煮 もやしのカレー炒め 春菊の和え物 味噌汁	ごはん サバの味噌煮 大豆とひじきの五目煮 長芋短冊 すまし汁					
夕食	ごはん ホッケの塩焼き 里芋の土佐煮 菜の花の和え物 味噌汁	ごはん 豚の生姜焼き ｽｷｯﾌﾟｴﾝﾄﾞﾙと玉子の炒め物 オクラとトマトのポン酢和え 味噌汁					