

＜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10月1日（水）～ 2025年10月4日（土）

	日	月	火	水 1	木 2	金 3	土 4
朝食				サンドイッチ（ポテト） ヨーグルト 牛乳/コーヒー	パン 肉団子のスープ煮 バナナ 牛乳/コーヒー	パン 野菜サラダ パイン缶 牛乳/コーヒー	ごはん 出し巻き卵 白菜のお浸し 味噌汁
昼食				ごはん エビチリ ジャーマンポテト チンゲンサイの中華和え 中華スープ	さけふりかけごはん お好み焼き 切干大根の炒め煮 ブロッコリーの錦糸和え 味噌汁	豚丼 がんもの炊き合わせ 小松菜の錦糸和え 味噌汁	ごはん メバルの煮付け キャベツのザーサイ炒め オクラの和え物 すまし汁
夕食				ごはん 豚肉のごまだれ炒め 里芋の煮付け インゲンのおかか和え すまし汁	ごはん タラの酒蒸し（中華あんかけ） ピーマンと竹輪の炒め物 オクラの胡麻ドレ和え かき玉汁	ごはん サケの塩こうじ漬焼き 焼きビーフン カリフラワーのサラダ すまし汁	ごはん チキンソテーオニオンソースかけ 茄子のそぼろ煮 春菊の和え物 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10月5日（日）～ 2025年10月11日（土）

	日 5	月 6	火 7	水 8	木 9	金 10	土 11
朝食	パン ブロッコリーのコンソメ煮 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	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 大豆サラダ バナナ 牛乳/コーヒー	パン じゃが芋のクリーム煮 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	ごはん 八宝菜 しゅうまい 大根サラダ 中華スープ	☆十五夜☆ ごはん 月見ハンバーグ ほうれん草のコンソメ煮 ポテトサラダ コーンスープ	ごはん サワラの煮付け もやしの玉子炒め 菜の花のおかか和え 味噌汁	たまごふりかけごはん 鶏天そば 南瓜の煮付け もずく酢 りんごゼリー	☆会席料理☆ 柿の白和え カツオのタタキ 茶碗蒸し ステーキ 松茸ごはん すまし汁 マロンケーキ	ごはん カレーの煮付け 茄子の煮物 ほうれん草のお浸し すまし汁	ごはん チキン南蛮 じゃこピーマン 白菜の即席漬け すまし汁
夕食	ごはん 肉団子のシチュー チンゲンサイのソテー トマトサラダ プリン	ごはん アカウオの煮付け 切干大根の炒め煮 胡瓜の酢の物 味噌汁	ごはん 鶏のねぎ味噌焼き カニしゅうまい 小松菜のじゃこ和え すまし汁	ごはん アジの照り煮 ひじき煮 オクラのポン酢和え 味噌汁	ごはん ホッケの塩焼き 揚げ出し豆腐のかにあんかけ 大根の梅肉和え すまし汁	ごはん 豚肉のスタミナ炒め 田楽 南瓜サラダ 味噌汁	ごはん サケのバター醤油焼き 鶏レバーの甘辛煮 長いも短冊 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10月12日（日）～ 2025年10月18日（土）

	日 12	月 13	火 14	水 15	木 16	金 17	土 18
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 ナポリタン 白桃缶 牛乳/コーヒー	パン 野菜のソテー 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 マカロニサラダ バナナ 牛乳/コーヒー	パン ウインナーソテー 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 回鍋肉 小籠包 菜の花のお浸し 中華スープ	ごはん サバのごま焼き もやしの炒め物 胡瓜のレモン酢和え 味噌汁	空白 マーボー丼 春巻き 白菜の中華和え 中華スープ	オムライス 肉団子の洋風煮 コーンスープ キウイ	ごはん 鶏の塩こうじ漬け焼き さつま芋と金時豆の煮物 チゲンサイのなめ茸和え 味噌汁	ごはん アジの照り焼き ほうれん草のソテー ごぼうサラダ すまし汁	ごはん チキンカツ がんもの煮物 ピーマンのじゃこ和え 味噌汁
夕食	ごはん タラの漬け焼き 茄子のバター醤油炒め 白菜のドレッシング和え 味噌汁	ごはん 豚肉と大根の甘辛煮 ピーマンの中華炒め 春雨サラダ 味噌汁	ごはん 変わり揚げ レンコンの金平 オクラのお浸し 味噌汁	ごはん おでん 茄子の味噌炒め 小松菜のゆず和え すまし汁	ごはん メバルの梅煮 キャベツの中華炒め インゲンのごま和え すまし汁	ごはん 豚肉と厚揚げの旨煮 竹輪の磯辺揚げ もやしのナムル 味噌汁	ごはん サバの塩焼き 小松菜の煮浸し 水菜と胡瓜のサラダ すまし汁

＜献立表＞

現場 ：リビングフォレスト

献立種類：常食（通常／A）

年月日 ：2025年10月19日（日）～ 2025年10月25日（土）

	日 19	月 20	火 21	水 22	木 23	金 24	土 25
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 大豆サラダ 黄桃缶 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（ポテト） 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 野菜サラダ 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
昼食	ごはん アジの蒲焼き なすの煮物 ブロッコリーのサラダ すまし汁	ごはん クリームシチュー ミートボール ツナサラダ オレンジ	ごはん カレイの照り煮 冬瓜の煮物 小松菜の辛子和え すまし汁	ごはん サバの味噌煮 ピーマンの甘辛炒め もやしのナムル すまし汁	☆ピクニック弁当風☆ ふりかけごはん ハンバーグ コロケ・春巻き ミートスパゲッティ ブロッコリーのサラダ 漬物（たくあん） 味噌汁 フルーツ（柿）	ごはん 鶏の唐揚げ 炊き合わせ 切干大根のサラダ 味噌汁	ごはん 豚肉の彩り炒め 高野の煮付け ポテトサラダ すまし汁
夕食	ごはん チンジャオロース 南瓜の煮物 白菜のおかか和え 味噌汁	ごはん ホッケの焼き浸し レンコンの煮付け オクラとなめこのおろし和え すまし汁	ごはん 豚肉と茄子の煮物 春雨の中華炒め インゲンの和え物 味噌汁	ごはん メンチカツ 白菜の洋風煮 トマトサラダ コンソメスープ	ごはん 豚肉の野菜炒め 里芋の揚げ煮 ほうれん草の湯葉和え 味噌汁	ごはん 八宝菜 カニしゅうまい 胡瓜のしそ和え ワカメスープ	ごはん アカウオの生姜煮 もやしのカレー炒め 白菜の青じそドレ和え 味噌汁

<献立表>

現場 ：リビングフォレスト

献立種類：常食(通常／A)

年月日 ：2025年10月26日（日）～ 2025年10月31日（金）

	日 26	月 27	火 28	水 29	木 30	金 31	土
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 白菜の洋風煮 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（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 野菜サラダ パイ缶 牛乳/コーヒー	
昼食	カレーライス コロケ キャベツサラダ りんごゼリー	ごはん メバルの煮付け ちくわの磯辺揚げ インゲンのごま和え すまし汁	おかかふりかけごはん 焼きそば 焼き餃子 杏仁豆腐 味噌汁	ごはん サワラの西京焼き 里芋の煮物 小松菜の柚子和え すまし汁	☆お誕生日会☆ 栗ごはん 秋野菜かき揚げ 蒸し蓮根まんじゅう まぐろの山掛け 味噌汁 フルーツ(柿) レアストロベリーケーキ	散らし寿司 かき揚げ オクラのお浸し けんちん汁	
夕食	ごはん 鶏の照り焼き きのこソテー 菜の花の和え物 すまし汁	ごはん 酢豚 チンゲンサイの煮浸し 胡瓜の中華ドレ和え 中華スープ	ごはん 鶏肉の味噌マヨ焼き じゃが芋のコンソメ煮 しろ菜のお浸し すまし汁	ごはん 豚の生姜焼き ひじき煮 白菜の和え物 味噌汁	ごはん タラの梅煮 インゲンのソテー 大根のドレッシング和え すまし汁	ごはん 豚肉の甘辛煮 焼きビーフン 菜の花サラダ 味噌汁	