〈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11月1日（土）～ 2025年11月1日（土）

	日	月	火	水	木	金	土
							1
朝食							ごはん 出し巻き卵 春菊のお浸し 味噌汁
昼食							ごはん アジの塩焼き ほうれん草の煮浸し キャベツのごまドレ和え 味噌汁
夕食							ごはん メンチカツ なすの煮物 もやしの和え物 コンソメスープ

〈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11月2日（日）～ 2025年11月8日（土）

	日	月	火	水	木	金	土
	2	3	4	5	6	7	8
朝食	パン 肉団子のスープ煮 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 マカロニサラダ 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 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
昼食	ごはん 豚肉ときのこの炒め物 大根のえびあんかけ 小松菜の酢味噌和え すまし汁	ごはん 鶏のネギソースかけ 南瓜の煮物 チンゲンサイのナムル わかめスープ	ごはん タラのタルタルソース焼き コロッケ ｷｬﾍﾞﾂのﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ和え コンソメスープ	ごはん サケの南蛮漬け 五目大豆の煮物 茶碗蒸し 味噌汁	ごはん 鶏のはちみつ煮 もやしのたらこ炒め チンゲンサイの錦糸和え 味噌汁	鮭わかめごはん 焼きそば 揚げ出し豆腐 オレンジゼリー 味噌汁	ごはん 変わり揚げ 茄子の煮物 大根の中華和え すまし汁
夕食	ごはん サバの煮付け 金平ごぼう インゲンのおかか和え 味噌汁	ごはん メバルの漬け焼き スナップエンドウの中華炒め 春菊の湯葉和え 味噌汁	ごはん おでん ピーマンの炒め物 胡瓜の酢の物 すまし汁	ごはん 和風ハンバーグ 白菜の煮浸し ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのﾂﾅﾏﾖ和え コンソメスープ	ごはん アカウオの煮付け レンコンの甘辛炒め ｷｬﾍﾞﾂのﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ和え すまし汁	ごはん アジの照り煮 筍の中華炒め 長芋とオクラのポン酢和え すまし汁	ごはん 豚じゃが インゲンとツナのソテー キャベツの胡麻サラダ 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11月9日（日）～ 2025年11月15日（土）

	日	月	火	水	木	金	土
	9	10	11	12	13	14	15
朝食	パン ナポリタン フルーツミックス缶 牛乳/コーヒー	パン 野菜サラダ 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（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 マカロニサラダ パイン缶 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	オムライス 肉団子の洋風煮 ブロッコリーサラダ コーンスープ	ごはん 豚肉のスタミナ炒め 里芋の煮物 なすのしそ和え すまし汁	芋ごはん サケの塩焼き きのこソテー 菜の花の和え物 味噌汁	ごはん 鶏の唐揚げ 冬瓜と厚揚げの煮物 ほうれん草の辛子和え 味噌汁	☆コース料理☆ サーモンのカルパッチョ ロールパン きのこのミルクスープ タラのトマトソース煮 ステーキ(ﾚﾓﾝﾊﾞﾀｰｿｰｽ) オレンジケーキ	ごはん カレイの煮付け 大学芋 小松菜の和え物 すまし汁	カレーライス コロッケ ツナサラダ キウイ
夕食	ごはん サワラの香味焼き 冬瓜のそぼろ煮 ほうれん草の白和え すまし汁	ごはん エビチリ レンコンのおかか炒め オクラのなめ茸和え 味噌汁	ごはん 鶏の塩こうじ漬け焼き 高野の煮つけ トマトサラダ 味噌汁	ごはん サバの味噌煮 ピーマンのそぼろ炒め 大根サラダ すまし汁	ごはん マーボー豆腐 小籠包 南瓜サラダ 中華スープ	ごはん 豚肉のポン酢炒め 炊き合わせ もやしのナムル 味噌汁	ごはん アカウオの幽庵焼き ひじきの五目炒り煮 胡瓜の梅かつお和え 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11月16日（日）～ 2025年11月22日（土）

	日	月	火	水	木	金	土
	16	17	18	19	20	21	22
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 野菜のソテー 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 南瓜のクリーム煮 バナナ 牛乳/コーヒー	パン ポテトサラダ 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 タラの天ぷら（野菜あんかけ） こんにゃくのピリ辛炒め しろ菜の生姜醤油和え かき玉汁	ごはん ホッケの塩焼き さつま芋のレモン煮 オクラの和え物 味噌汁	牛丼 なすとピーマンの炒め物 白菜の昆布和え すまし汁 りんごゼリー	たらこふりかけごはん 塩ラーメン しゅうまい チンゲンサイの中華和え 杏仁豆腐	☆ピクニック弁当風☆ ふりかけごはん ﾒﾝﾁｶﾂ・ｺﾛｯｹ・ﾎﾟﾃﾄ 出し巻き卵 ミートボール たらこスパゲッティ ピーマンソテー 漬物（しば漬け） 味噌汁 フルーツ　（パイン・オレンジ）	ごはん エビマヨ ジャーマンポテト 春雨の酢の物 中華スープ	ごはん カレイの山椒焼き 小松菜の煮浸し もやしのおかか和え すまし汁
夕食	ごはん 八宝菜 南瓜の煮物 ほうれん草の磯辺和え 味噌汁	ごはん 鶏肉の味噌マヨ焼き 長芋の白煮 キャベツのしその実あえ すまし汁	ごはん メバルの煮付け ごぼうの炒め物 切干大根のサラダ 味噌汁	ごはん 鶏肉の生姜煮 茄子の味噌炒め 春菊のわさび和え かき玉汁	ごはん タチウオの蒲焼き 冬瓜の煮物 オクラの生姜醤油和え すまし汁	ごはん サワラの照り煮 チンゲンサイの炒め物 カリフラワーのツナ和え 味噌汁	ごはん 酢豚 にら饅頭 紅白なます 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11月23日（日）～ 2025年11月29日（土）

	日	月	火	水	木	金	土
	23	24	25	26	27	28	29
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 オムレツ 白桃缶 牛乳/コーヒー	パン 肉団子のスープ煮 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 キャベツのソテー バナナ 牛乳/コーヒー	パン ナポリタン パイン缶 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 ﾁｷﾝｿﾃｰｵﾆｵﾝｿｰｽかけ ふろふき大根 茄子の生姜醤油和え すまし汁	ハヤシライス ピーマンのソテー スパゲティサラダ プリン	ごはん 手作りコロッケ ほうれん草のじゃこ炒め 胡瓜の酢の物 すまし汁	ごはん アカウオの煮付け 南瓜のツナソテー 春菊のお浸し 味噌汁	☆お誕生日会☆ ごはん お造り 天ぷら 卵豆腐 赤だし フルーツ（キウイ・りんご） オペラケーキ	ごはん サバの味噌焼き ピーマンの甘辛炒め 白菜の土佐酢和え すまし汁	ごはん 豚肉の甘辛炒め 焼きビーフン 菜の花サラダ 味噌汁
夕食	ごはん マーボー豆腐 エビしゅうまい もやしのﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ和え ワカメスープ	ごはん サケの塩こうじ漬け焼き 長芋のかにあんかけ チンゲンサイの和え物 味噌汁	ごはん 筑前煮 もやしとニラの玉子炒め インゲンのおかかあえ 味噌汁	ごはん 豚肉のスタミナ炒め 大豆の五目煮 白菜のドレ和え すまし汁	ごはん タチウオの梅煮 チンゲンサイとエビの炒め物 ブロッコリーの練りゴマ和え 味噌汁	ごはん おでん レンコンのそぼろ炒め 小松菜の青じそドレ和え 味噌汁	ごはん ホッケの塩焼き さつま芋の甘煮 ほうれん草の和え物 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11月30日（日）～ 2025年11月30日（日）

	日	月	火	水	木	金	土
	30						
朝食	パン ミートボール フルーツミックス缶 牛乳/コーヒー						
昼食	ごはん 煮込みハンバーグ 筍の中華炒め レタスサラダ コンソメスープ						
夕食	ごはん 牛肉の薬味炒め 海鮮団子の煮物 カリフラワーのサラダ すまし汁						