

<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12月1日(月)～2025年12月6日(土)

	日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5	6
朝食		パン ウインナーソテー 黄桃缶 牛乳/コーヒー	パン 野菜ソテー 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 野菜サラダ バナナ 牛乳/コーヒー	パン ウインナーソテー 洋梨缶 牛乳/コーヒー	ごはん 出し巻き卵 しろ菜のお浸し 味噌汁
昼食		ゆかりごはん 京風あんかけうどん かき揚げ 小松菜の辛子和え オレンジゼリー	ごはん アジの照り焼き 冬瓜の水晶煮 菜の花のごま和え すまし汁	ごはん 牛肉のしぐれ煮 キャベツのじゃこ炒め オクラの梅和え すまし汁	ごはん 鶏肉の塩麴焼き はんぺんの磯辺揚げ ブロッコリーのサラダ かき玉汁	ごはん メンチカツ 厚揚げの生姜煮 しろ菜のレモン酢和え 味噌汁	ごはん タチウオの塩焼き 小松菜の煮浸し キャベツのマヨ和え すまし汁
夕食		ごはん メバルの煮付け 南瓜の煮物 胡瓜のポン酢和え 味噌汁	ごはん 豚肉ときのこのオムレツ炒め ひじきの炒り煮 春雨サラダ すまし汁	ごはん ホッケの塩焼き チンゲンサイのソテー ポテトサラダ 味噌汁	ごはん エビチリ 里芋のそぼろ煮 もやしのナムル 中華スープ	ごはん カレイのみぞれ煮 レンコンの金平 ほうれん草の柚子和え すまし汁	ごはん すき焼き煮 じゃが芋のバター醤油炒め 海藻サラダ 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12月7日（日）～ 2025年12月13日（土）

	日 7	月 8	火 9	水 10	木 11	金 12	土 13
朝食	パン 大豆サラダ フルーツミックス缶 牛乳/コーヒー	パン 肉団子のスープ煮 白桃缶 牛乳/コーヒー	パン スクランブルエッグ 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 ポテトサラダ 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 ビーフシチュー コロッケ ブロッコリーの青じそドレ和え オレンジ	ごはん 回鍋肉 かに玉 春雨中華サラダ 中華スープ	ごはん コロッケ レンコンの炒め物 胡瓜の梅鯉和え すまし汁	ごはん ホッケの塩こうじ漬け焼き がんもの煮物 小松菜の和え物 味噌汁	☆会席料理☆ 大根のかに和え お造り ステーキ 天ぷら 鶏ごぼうの炊き込みご飯 赤だし ティラミスケーキ	ごはん アカウオの山菜おろし煮 湯豆腐 胡瓜の酢の物 すまし汁	ごはん 鶏のごまだれ炒め 白菜の煮浸し もやしのしそ和え 味噌汁
夕食	ごはん アジの梅煮 なすの揚げ浸し 春菊の湯葉和え すまし汁	ごはん タラの酒蒸し（野菜あんかけ） インゲンのソテー カリフラワーのごまだれ和え 味噌汁	ごはん 豚肉と白菜の重ね蒸し ピーマンのカレー炒め もずく酢 すまし汁	おかかふりかけごはん にゅうめん 金平ごぼう しろ菜のお浸し 抹茶ようかん	ごはん サバの煮付け 里芋の煮ころがし ひじきのサラダ 味噌汁	ごはん 豚肉の野菜炒め チンゲンサイと玉子のソテー カリフラワーのサラダ 味噌汁	ごはん サワラの幽庵焼き 長芋の白煮 小松菜の錦糸和え 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12月14日（日）～ 2025年12月20日（土）

	日 14	月 15	火 16	水 17	木 18	金 19	土 20
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（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 マカロニのコンソメ煮 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 エビマヨ ジャーマンポテト ほうれん草のたらこ和え 中華スープ	ごはん タラのタルタルソース焼き 筍の煮物 ほうれん草のドレッシング和え コンソメスープ	たまごふりかけごはん 海鮮焼きそば しゅうまい 杏仁豆腐 味噌汁	ごはん 鶏肉の彩り炒め ほうれん草の煮浸し もやしのサラダ すまし汁	☆ピクニック弁当風☆ ふりかけごはん オムレツ 春巻き・トンカツ きのこスパゲティ 菜の花のサラダ 漬物（高菜） 味噌汁 フルーツ（キウイ）	ごはん 和風ハンバーグ なすの煮物 大根のごまドレ和え 味噌汁	ごはん タラの香味焼き きのこソテー チンゲンサイのじゃこ和え すまし汁
夕食	ごはん マーボー茄子 キャベツのソテー チンゲンサイのわさび和え 中華スープ	ごはん 豚の生姜焼き 揚げ出し豆腐 オクラの和え物 味噌汁	他人丼 ピーマンの甘辛炒め 白菜の青じそドレ和え すまし汁	ごはん カレイの煮付け レンコンの五目炒め 長芋の梅肉和え 味噌汁	ごはん フライ盛り合わせ もやしと玉子の炒め物 キャベツのサラダ 味噌汁	ごはん アカウオの味噌マヨ焼き 煮合わせ カリフラワーのサラダ すまし汁	ごはん クリームシチュー 和風スパゲティー レタスサラダ りんごゼリー

<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12月21日（日）～ 2025年12月27日（土）

	日 21	月 22	火 23	水 24	木 25	金 26	土 27
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 マカロニサラダ 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 クリーム煮 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	菓子パン ゆで卵 ヨーグルト 豆乳/コーヒー
昼食	☆クリスマス☆ エビピラフ ローストチキン グリーンサラダ コンソメスープ いちごムース	*冬至* ごはん サワラのゆず香り焼き 南瓜の煮物 大根のドレ和え 味噌汁	ごはん サバの生姜煮 スナッPEndウのソテー 白菜の和え物 味噌汁	ごはん 鶏のはちみつ煮 ヤングコーンのソテー 胡瓜の酢の物 味噌汁	☆お誕生日会☆ ごはん かき揚げ（桜エビ・枝豆） 南瓜のそぼろあんかけ お造り 赤だし フルーツ（りんご・パイナップル） いちごケーキ	ごはん サワラの西京焼き 南瓜の煮物 ほうれん草の生姜醤油和え かき玉汁	チキンカレー コロケ 海藻サラダ フルーツ（オレンジ）
夕食	ごはん メバルの胡麻焼き 茄子の煮付け 春菊の和え物 すまし汁	ごはん 豚の角煮 ピーマンソテー キャベツの青じそドレ和え すまし汁	ごはん マーボー豆腐 青梗菜とベーコンのソテー カリフラワーのサラダ ワカメスープ	ごはん アジの南蛮漬け 筍のバター醤油炒め ほうれん草のおかか和え 味噌汁	ごはん カレイの照り焼き ピーマンのじゃこ炒め 胡瓜とイカの和え物 味噌汁	ごはん 豚肉のごまだれ炒め 長芋の白煮 小松菜の磯辺和え すまし汁	ごはん タチウオの塩焼き 冬瓜のゆずあんかけ 白菜のサラダ 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12月28日（日）～ 2025年12月31日（水）

	日 28	月 29	火 30	水 31	木	金	土
朝食	パン ウインナーソテー 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 野菜ソテー 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			
昼食	ごはん 親子煮 里芋の煮物 春雨サラダ すまし汁	牛丼 菜の花の煮浸し ポテトサラダ 味噌汁 プリン	ごはん 鶏の唐揚げ 炒り豆腐 小松菜のお浸し すまし汁	ごはん カレイの煮付け 竹輪の磯辺揚げ 胡瓜の梅鯉和え すまし汁			
夕食	ごはん ホッケの漬け焼き 高野と海鮮団子の煮物 しろ菜のお浸し 味噌汁	ごはん メバルのなると煮 ごぼうのピリ辛炒め オクラのなめ茸和え 味噌汁	ごはん ポークチャップ じゃが芋の煮物 スナッペンえんどうの胡麻ドレ和え 味噌汁	ゆかりごはん 年越しそば カニしゅうまい 春菊のポン酢和え ぶどうゼリー			