〈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　：2026年2月1日（日）～ 2026年2月7日（土）

	日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6	7
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 ポテトサラダ 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 野菜サラダ バナナ 牛乳/コーヒー	パン ｶﾘﾌﾗﾜｰのｸﾘｰﾑ煮 パイン缶 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 サケの西京焼き ﾁﾝｹﾞﾝｻｲのきのこソテー ｶﾘﾌﾗﾜｰのﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ和え すまし汁	ごはん メンチカツ もやしと玉子の炒め物 小松菜の和え物 味噌汁	☆節分☆ 巻き寿司 いなり寿司 しろなの生姜醤油和え いわし甘露煮 赤出し フルーツ（黄桃）	ごはん ｻｻﾐﾁｰｽﾞ・ｴﾋﾞﾌﾗｲ 大根とﾍﾞｰｺﾝの洋風煮 海藻サラダ コンソメスープ	おかかふりかけごはん 焼きそば しゅうまい ぶどうゼリー 味噌汁	ごはん メバルの煮付け レンコンの炒め物 小松菜の和え物 味噌汁	ごはん タラの香味焼き 揚げ茄子 白菜の梅しそ和え のっぺい汁
夕食	ごはん 鶏の山椒焼き 長芋の白煮 菜の花の和え物 味噌汁	ごはん サバの塩焼き 筍の煮物 白菜のごま和え すまし汁	ごはん 豚肉の野菜炒め 茄子田楽 胡瓜の酢の物 すまし汁	ごはん 煮込みハンバーグ ふきのおかか煮 白菜のｻﾗﾀﾞ 味噌汁	ごはん サワラの幽庵焼き 筍と水菜の煮物 しろ菜のしその実和え すまし汁	ごはん 鶏のタルタルソース焼き さつま芋の煮物 もずく酢 すまし汁	ごはん 豚肉の生姜煮 もやしの炒め物 インゲンのツナマヨ和え 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　：2026年2月8日（日）～ 2026年2月14日（土）

	日	月	火	水	木	金	土
	8	9	10	11	12	13	14
朝食	パン キャベツのスープ煮 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 野菜サラダ 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 ベーコンソテー バナナ 牛乳/コーヒー	パン 肉団子のスープ煮 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 鶏肉のみぞれ煮 白身魚のふわらか豆腐 しろ菜のおかか和え 味噌汁	三色丼 ﾁﾝｹﾞﾝｻｲとｴﾋﾞの炒め物 ごま豆腐 すまし汁	ごはん チキンカツ 小松菜の煮浸し 白菜のごまﾄﾞﾚ和え けんちん汁	鮭ふりかけごはん きつねうどん はんぺんの磯辺揚げ 菜の花の辛子和え フルーツ（みかん缶）	☆会席料理☆ 春菊のゆず和え お造り ステーキ(おろしポン酢) あんかけ茶碗蒸し 筍ごはん 味噌汁 フルーツ（いちご）	ごはん 鶏のはちみつ照り焼き 南瓜の煮物 白菜のﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ和え 味噌汁	ごはん 牛肉ｺﾛｯｹ・ｶﾆｸﾘｰﾑｺﾛｯｹ 高野の煮つけ なめこと山菜のおろしあえ すまし汁
夕食	ごはん サバの味噌煮 茄子の甘辛炒め ササミとレタスのサラダ すまし汁	ごはん 豚肉のオイスター炒め ぜんまいの炒め煮 オクラのかにかま和え 味噌汁	ごはん ホキのバター醤油焼き 若竹煮 ｶﾘﾌﾗﾜｰのﾏﾖ和え 味噌汁	ごはん エビマヨ ジャーマンポテト ﾌﾞﾛｯｺﾘｰの和え物 ワカメスープ	ごはん シーフードシチュー キャベツの炒め物 胡瓜のじゃこ和え ぶどうゼリー	ごはん 白身魚のチリソース もやしのカレーソテー ﾁﾝｹﾞﾝｻｲのごま和え かき玉汁	ごはん 回鍋肉 じゃが芋の煮物 小松菜の辛子和え

〈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　：2026年2月15日（日）～ 2026年2月21日（土）

	日	月	火	水	木	金	土
	15	16	17	18	19	20	21
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 ベーコンソテー 白桃缶 牛乳/コーヒー	パン 野菜サラダ 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 オムレツ 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	菓子パン ゆで卵 ヨーグルト 豆乳/コーヒー
昼食	ごはん カレイの漬け焼き レンコンの甘辛炒め ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのﾄﾞﾚ和え 味噌汁	ごはん ホッケの塩焼き さつま芋の煮物 ほうれん草のお浸し すまし汁	菜飯ごはん とんこつラーメン 肉団子 胡瓜の甘酢和え いちごゼリー	豚丼 金平ごぼう ほうれん草のお浸し 味噌汁	☆ピクニック弁当風☆ おかかふりかけごはん 和風おろしハンバーグ 春巻き・トンカツ ピーマンの甘辛炒め レタスのサラダ 漬物（しば漬け） すまし汁 パイン	ごはん アカウオの煮付け なすのそぼろ炒め インゲンの和え物 すまし汁	ごはん 豚の生姜焼き 小松菜の煮浸し えだ豆サラダ すまし汁
夕食	ごはん 鶏の味噌焼き 冬瓜のあんかけ 白菜のドレ和え すまし汁	ごはん マーボー豆腐 もやしの玉子炒め トマトサラダ 中華スープ	ごはん サワラの照り焼き 豆腐のあんかけ 菜の花のﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ和え 味噌汁	ごはん おでん 白身魚の梅じそ天ぷら オクラの和え物 すまし汁	ごはん サバのごま焼き 白菜と竹輪の煮物 小松菜の和え物 すまし汁	ごはん 鶏のネギソース 炊き合わせ 春雨サラダ 味噌汁	ごはん タラの梅焼き ピーマンの炒め物 ﾁﾝｹﾞﾝｻｲのおかか和え 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　：2026年2月22日（日）～ 2026年2月28日（土）

	日	月	火	水	木	金	土
	22	23	24	25	26	27	28
朝食	パン マカロニのコンソメ煮 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 ミートボール 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 マカロニサラダ バナナ 牛乳/コーヒー	パン カリフラワーのスープ煮 洋梨缶 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 冬瓜のうすくず煮 小松菜の和え物 味噌汁	ごはん 角煮 焼き餃子 ぜんまいナムル 味噌汁	ごはん アジの漬け焼き 南瓜の煮物 ｵｸﾗのﾄﾞﾚ和え 味噌汁	チキンカレーライス コロッケ ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのｻﾗﾀﾞ プリン	☆お誕生日会☆ ごはん お造り 天ぷら 卵豆腐 赤だし フルーツ（りんご・オレンジ） サワーチェリーケーキ	ごはん 八宝菜 しゅうまい キャベツのお浸し 中華スープ	ごはん サワラの煮付け コロッケ ほうれん草のおかか和え 味噌汁
夕食	ごはん 鶏天 なすのじゃこ炒め 胡瓜の錦糸和え すまし汁	鮭ふりかけごはん にゅうめん かき揚げ 菜の花のなめ茸和え オレンジゼリー	ごはん 豚肉の甘辛炒め 春菊の煮浸し 大根サラダ すまし汁	ごはん サバの塩焼き ひじき煮 ｲﾝｹﾞﾝのごま和え 味噌汁	ごはん 鶏肉の味噌マヨ焼き しろ菜の煮浸し もずく酢 かき玉汁	ごはん 牛肉のごまだれ炒め 切干大根の炒め煮 小松菜の磯辺和え 味噌汁	ごはん 照り焼きチキン 金平ごぼう ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのﾂﾅﾏﾖ和え すまし汁