

<献立表>

現場 ：リビングフォレスト

年月日 ：2026年5月1日（金）～ 2026年5月2日（土）

	日	月	火	水	木	金 1	土 2
朝食						パン ポテトサラダ 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 豚肉と厚揚げの旨煮 大根の煮物 ほうれん草のなめ茸和え すまし汁	ごはん アジの梅煮 インゲンの甘辛炒め ごぼうサラダ 味噌汁
夕食						ごはん 海鮮炒め ミートボール 胡瓜の生姜醤油和え 味噌汁	ごはん 八宝菜 しゅうまい えだ豆サラダ すまし汁

<献立表>

現場 ：リビングフォレスト

年月日 ：2026年5月3日（日）～ 2026年5月9日（土）

	日 3	月 4	火 5	水 6	木 7	金 8	土 9
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 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（ハム） ヨーグルト 牛乳/コーヒー	パン マカロニサラダ フルーツミックス缶 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 豚肉のごま煮 ピーマンのツナソテー キャベツサラダ すまし汁	ごはん メバルの西京焼き 切干大根の炒め煮 白菜の和え物 すまし汁	ピラフ エビフライ・牛肉コロッケ ほうれん草のソテー ポテトサラダ コンソメスープ	ごはん クリームシチュー キャベツの炒め物 胡瓜のじゃこ和え いちごゼリー	鶏天丼 白身魚のふわらか豆腐 ほうれん草の海苔和え 味噌汁	ごはん タラの梅煮 ピーマンの甘辛炒め 春雨サラダ 味噌汁	たらこふりかけごはん 肉そば 焼きなす 菜の花の酢味噌和え コンポート（リンゴ）
夕食	ごはん ホッケの漬け焼き 長芋の揚げ煮 小松菜のポン酢和え 味噌汁	ごはん 鶏の照り焼き ぜんまい炒め ブロッコリーのドレ和え 味噌汁	ごはん カレイのみぞれ煮 レンコンの炒め物 菜の花の和え物 すまし汁	ごはん 牛肉の柳川煮 ブロッコリーのソテー トマトサラダ 味噌汁	ごはん サバのごま焼き 南瓜の煮付け チンゲンサイのドレ和え すまし汁	ごはん 豚肉のオイスター炒め ひじきの炒め煮 長いも短冊 すまし汁	ごはん 鮭のバター醤油焼き 鶏レバー炒め 白菜のごま和え 味噌汁

<献立表>

現場：リビングフォレスト

年月日：2026年5月10日（日）～ 2026年5月16日（土）

	日 10	月 11	火 12	水 13	木 14	金 15	土 16
朝食	パン 野菜のソテー 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 クリーム煮(ほうれん草) 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 蒸し鶏のごまだれかけ 金時豆とさつまいもの煮物 チンゲンサイのお浸し 味噌汁	ごはん ロールキャベツ ナポリタン ポテトサラダ コンソメスープ	チキンカレー コロッケ(コッククリーム・野菜) ツナサラダ ゼリー(りんご)	ごはん アジの漬け焼き 冬瓜のあんかけ 春菊の昆布和え 味噌汁	☆コース料理☆ アスパラとベーコンのサラダ グリーンピースのポタージュ ロールパン 白身魚のムニエル ステーキ オレンジケーキ	たまごふりかけごはん 焼きそば 胡瓜の酢の物 ぶどうゼリー 味噌汁	ごはん 牛肉ソテー(おろしたれかけ) 南瓜の煮物 サラダ 味噌汁
夕食	ごはん メバルの煮付け 里芋とインゲンの味噌仕立て カリフラワーのサラダ すまし汁	ごはん 鶏の塩こうじ漬け焼き 筍の煮物 春菊のドレ和え 味噌汁	ごはん アサリの塩こうじ焼き 炊き合わせ オクラの梅鯉和え すまし汁	豚丼 ピーマンとエビの炒め物 しろ菜の和え物 すまし汁	ごはん サバの味噌煮 インゲンの炒め物 もずく酢 すまし汁	ごはん 変わり揚げ ピーマンの炒め煮 菜の花のドレ和え すまし汁	ごはん ホキの甘酢あんかけ 小松菜の煮浸し 切干大根の和え物 すまし汁

<献立表>

現場 ：リビングフォレスト

年月日 ：2026年5月17日（日）～ 2026年5月23日（土）

	日 17	月 18	火 19	水 20	木 21	金 22	土 23
朝食	パン 白菜のクリーム煮 フルーツミックス缶 牛乳/コーヒー	パン 野菜サラダ 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（ポテト） ヨーグルト 牛乳/コーヒー	パン スパゲティサラダ 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 目玉焼き ヨーグルト 豆乳/コーヒー
昼食	炊き込みごはん ホッケの塩焼き 長芋の白煮 しろなの錦糸和え すまし汁	ごはん 鶏のはちみつ照り焼き なすの煮物 キャベツのドレ和え すまし汁	ごはん カレイの煮付け ビーフンソテー インゲンのごま和え すまし汁	散らし寿司 じゃが芋のそぼろ煮 菜の花の和え物 赤出し	☆ピクニック弁当風☆ ふりかけごはん ハンバーグ エビフライ・ポテト ミートスパゲッティ カリフラワーのサラダ 漬物（高菜） 味噌汁 フルーツ（オレンジ）	ごはん 鶏肉の梅焼き 里芋とこんにゃくの煮物 春菊のポン酢和え すまし汁	さけふりかけごはん とんこつラーメン しゅうまい インゲンのドレ和え 杏仁豆腐
夕食	ごはん 豚肉の甘辛煮 きのこソテー ほうれん草の海苔和え 味噌汁	ごはん アジのかば焼き 冬瓜の煮物 チンゲンサイの和え物 味噌汁	ごはん ポテサラコロケ ピーマンのオイスター炒め オクラの麺つゆ和え 味噌汁	ごはん 豚肉のスタミナ炒め 若竹煮 ほうれん草の和え物 すまし汁	ごはん 肉団子の甘酢炒め 白菜の煮浸し ブロッコリーの和え物 すまし汁	ごはん 豚しゃぶ（ごまだれ） 大根のえびあんかけ 胡瓜の中華ドレ和え 味噌汁	ごはん サワラの香味焼き 五目煮 小松菜の和え物 味噌汁

<献立表>

現場：リビングフォレスト

年月日：2026年5月24日（日）～ 2026年5月30日（土）

	日 24	月 25	火 26	水 27	木 28	金 29	土 30
朝食	パン 野菜ソテー フルーツミックス缶 牛乳/コーヒー	パン コンソメ煮 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（ハム） ヨーグルト 牛乳/コーヒー	パン スープ煮（マカロニ） 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 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 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 豚の生姜焼き 海鮮団子の煮物 春菊のお浸し すまし汁	ごはん 鶏肉のポン酢炒め 冬瓜の煮物 小松菜のなめ茸和え 味噌汁	ごはん 鮭の塩焼き ひじき煮 もやしの中華ドレ和え 味噌汁	☆お誕生日会☆ 五目炊き込み御飯 天ぷら盛り合わせ 白身魚のふわらか豆腐 海藻サラダ 赤だし フルーツ（2種） レアチーズケーキ	三色丼 五目煮豆 キャベツの青じそドレ和え 味噌汁	ごはん サバの山椒焼き ひじき煮 小松菜となめこのお浸し 味噌汁
夕食	ごはん マーボー茄子 しろ菜のツナ煮 カリフラワーの和え物 中華スープ	ごはん アカウオの煮付け ピーマンの炒め物 インゲンのごま和え 味噌汁	おかかふりかけごはん にゅうめん かき揚げ 菜の花の湯葉和え 水ようかん	ごはん 豚肉のカレー炒め しゅうまい レタスとトマトのサラダ すまし汁	ごはん サワラの照り煮 里芋の煮物 カリフラワーのマヨ和え 味噌汁	ごはん 豚肉の塩こうじ炒め 切干大根の煮物 チンゲンサイのナムル すまし汁	ごはん 鶏肉のさっぱり煮 白菜の洋風煮 もやしの梅かつお和え すまし汁

<献立表>

現場 ：リビングフォレスト

年月日 ：2026年5月31日（日） ～ 2026年5月31日（日）

	日 31	月	火	水	木	金	土
朝食	パン コンソメ煮（ｶﾌｫﾜｰ） フルーツミックス缶 牛乳/ｺｰﾋｰ						
昼食	ごはん ﾒﾝﾁｶｯｽ 茄子の揚げ浸し 白菜の甘酢和え すまし汁						
夕食	ごはん ｶﾚｲの生姜煮 ﾋｰﾏﾝの甘辛炒め 大根サラダ 味噌汁						