献立表

現　　場：リビングフォレスト
献立種類：常食（ 個別献立 ／ Ａ ）
期　　間：2024/2/1～2024/2/4

	月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3	4
朝食				パン 大豆サラダ バナナ 牛乳/コーヒー	パン 野菜のソテー 洋梨缶 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	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
昼食				ごはん 牛肉の柳川煮 ピーマンの甘辛炒め 切干大根のサラダ(ﾃﾞﾘｼｬｽ) すまし汁	ごはん 餃子・ｼｭｳﾏｲ・ニラ饅頭 ｷｬﾍﾞﾂのｻﾗﾀﾞ（香味和風） 中華スープ フルーツ（ﾊﾟｲﾝ・ｷｳｲ）	☆節分☆ 散らし寿司 しろなの生姜醤油和え いわし甘露煮 赤出し 厄除け饅頭	ごはん サバの塩焼き 筍の煮物 白菜のごま和え 味噌汁
夕食				ごはん アジの南蛮漬け 冬瓜の煮物 春菊の梅鰹和え 味噌汁	ごはん 鶏肉のゆず香り焼き 筍の煮付け ﾁﾝｹﾞﾝｻｲの錦糸和え 味噌汁	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 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

献立表

現　　場：リビングフォレスト
献立種類：常食（ 個別献立 ／ Ａ ）
期　　間：2024/2/5～2024/2/11

	月	火	水	木	金	土	日
	5	6	7	8	9	10	11
朝食	パン 南瓜サラダ 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（ハム） 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 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	パン 白菜のスープ煮 フルーツミックス缶 牛乳/コーヒー
昼食	たまごふりかけごはん ちゃんぽんめん 肉団子 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰの和え物 杏仁豆腐	ごはん 鶏の照り焼き 長芋の白煮 菜の花の和え物（中華ﾄﾞﾚ） 味噌汁	ごはん タラの香味焼き 揚げ茄子 胡瓜の梅しそ和え のっぺい汁	☆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 ｻｻﾐﾁｰｽﾞ・ｴﾋﾞﾌﾗｲ・かぼちゃﾌﾗｲ 大根とﾍﾞｰｺﾝの洋風煮 海藻サラダ コンソメスープ	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	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 フルーツポンチ
夕食	ごはん 変わり揚げ ほうれん草と玉子の炒め物 大根サラダ 味噌汁	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（香味ゆず すまし汁	ごはん ハンバーグ ふきのおかか煮 白菜のｻﾗﾀﾞ（ﾃﾞﾘｼｬｽ） 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 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	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 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 いちごゼリー

献立表

現　　場：リビングフォレスト
献立種類：常食（ 個別献立 / Ａ ）
期　　間：2024/2/12～2024/2/18

	月	火	水	木	金	土	日
	12	13	14	15	16	17	18
朝食	パン 野菜ソテー 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 ウインナーソテー 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 目玉焼き ヨーグルト 豆乳/コーヒー	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
昼食	ごはん アカウオの生姜煮 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 アスパラのごまﾄﾞﾚ和え 味噌汁	☆会席料理☆	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 鶏のはちみつ照り焼き 南瓜の煮物 胡瓜のﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ和え（青じそ） 味噌汁	ごはん 牛肉ｺﾛｯｹ･ｶﾆｸﾘｰﾑｺﾛｯｹ･ｴﾋﾞﾌﾗｲ 高野の煮つけ なめこと山菜のおろしあえ すまし汁	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（梅ﾄﾞﾚ 味噌汁
夕食	ごはん 牛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 けんちん汁	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（ﾌﾚﾝﾁ赤） ワカメスープ	ごはん 豚肉の煮付け（おろしのせ） 白身魚のふわらか豆腐 しろ菜のおかか和え 味噌汁	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 中華スープ	ごはん 鶏の味噌焼き 冬瓜のあんかけ 白菜の柚子ドレ和え すまし汁

献立表

現　　場：リビングフォレスト
献立種類：常食（ 個別献立 / Ａ ）
期　　間：2024/2/19～2024/2/25

	月	火	水	木	金	土	日
	19	20	21	22	23	24	25
朝食	パン ベーコンソテー 白桃缶 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 オムレツ 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	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
昼食	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 蒸しシューマイ 胡瓜の甘酢和え オレンジゼリー	カレーライス コロッケ ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのｻﾗﾀﾞ（香味和風） プリン	豚丼 金平ごぼう ほうれん草のお浸し 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（りんご・オレンジ） いちごケーキ	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	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
夕食	ごはん マーボー豆腐 もやしのニラ炒め トマトサラダ（ﾃﾞﾘｼｬｽ） 中華スープ	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（ﾃﾞﾘｼｬｽ） 味噌汁	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 かき玉汁	ごはん 鶏のネギソース 炊き合わせ 春雨のサラダ 味噌汁	ごはん ホッケの塩焼き ピーマンの炒め物 ﾁﾝｹﾞﾝｻｲの梅鰹和え 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 すまし汁

献立表

現　　場：リビングフォレスト
献立種類：常食（ 個別献立 ／ Ａ ）
期　　間：2024/2/26～2024/2/29

	月	火	水	木	金	土	日
	26	27	28	29	1	2	3
朝食	パン 大豆サラダ 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 マカロニサラダ バナナ 牛乳/コーヒー			
昼食	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（ﾃﾞﾘｼｬｽ） 味噌汁	ごはん エビチリ キャベツの甘辛炒め もやしの中華和え 玉子スープ	ごはん 鶏天 なすのじゃこ炒め 春雨のサラダ(ﾃﾞﾘｼｬｽ) すまし汁			
夕食	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 イチゴムース	ごはん 牛肉の甘辛炒め 春菊の煮浸し 大根サラダ(青じそ) 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 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			