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：2024/3/1～2024/3/3

	月	火	水	木	金	土	日
					1	2	3
朝食					パン カリフラワーのスープ煮 洋梨缶 牛乳/コーヒー	ごはん 出し巻き卵 菜の花のお浸し 味噌汁	パン オムレツ フルーツミックス缶 牛乳/コーヒー
昼食					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	☆ひな祭り☆ ひな散らし（エビ） 若竹煮 白菜の和え物 赤だし いちご
夕食					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	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 すまし汁	ごはん ホッケの漬け焼き ﾁﾝｹﾞﾝｻｲの煮浸し おろしあえ 味噌汁

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：2024/3/4～2024/3/10

	月	火	水	木	金	土	日
	4	5	6	7	8	9	10
朝食	パン キャベツのコンソメ煮 白桃缶 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（たまご） 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 ウインナーソテー 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 カリフラワーのクリーム煮 フルーツミックス缶 牛乳/コーヒー
昼食	ごはん カレイの生姜煮 さつま芋の金平 菜の花のしその実和え 味噌汁	ごはん 豚肉のごま煮 きのこのツナソテー ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのｻﾗﾀﾞ（ﾌﾚﾝﾁ白） すまし汁	ごはん サケの塩焼き 筍の土佐煮 白菜のじゃこ和え けんちん汁	ごはん 鶏の塩こうじ焼き ﾁﾝｹﾞﾝｻｲの炒め物 オクラのポン酢和え 味噌汁	ごはん タチウオの梅煮 ごぼうの炒め物 小松菜の錦糸和え すまし汁	菜飯ごはん 肉うどん 里芋の煮物 胡瓜の酢味噌和え りんごゼリー	ごはん チキン南蛮 焼きビーフン ほうれん草の和え物 味噌汁
夕食	ごはん 変わり揚げ 五目煮 ほうれん草のﾄﾞﾚ和え（香味和風） すまし汁	ごはん サバの味噌煮 ビーフンソテー 大根の梅肉和え 粕汁	ごはん おでん 鶏レバーの甘辛煮 もずく酢 味噌汁	ごはん 白身魚の天ぷら（中華あん） レンコンのﾋﾟﾘ辛炒め ｶﾘﾌﾗﾜｰのﾄﾞﾚ和え（中華ﾄﾞﾚ） 中華スープ	ごはん 豚肉の薬味炒め 白菜の煮浸し ｲﾝｹﾞﾝのﾏﾖ和え 味噌汁	ごはん サワラの味噌焼き なすとひき肉の炒め物 菜の花のドレ和え（ﾃﾞﾘｼｬｽ） すまし汁	ごはん アカウオの煮付け もやしソテー 白菜と三つ葉の和え物 味噌汁

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：2024/3/11～2024/3/17

	月	火	水	木	金	土	日
	11	12	13	14	15	16	17
朝食	パン オムレツ 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（ポテト） 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 大根のスープ煮 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 野菜ソテー フルーツミックス缶 牛乳/コーヒー
昼食	ごはん 和風ハンバーグ ナポリタン ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのｻﾗﾀﾞ（ｼｰｻﾞｰﾄﾞﾚ） コンソメスープ	ごはん サンマの漬け焼き 切干大根の炒め煮 ごまだれサラダ 味噌汁	☆コース料理☆	ごはん エビフライ・コロッケ 蓮根とこんにゃくの煮物 オクラの湯葉和え すまし汁	ごはん 豚肉ときのこの炒め物 白菜の煮浸し 卵豆腐 味噌汁	ごはん サバの照り焼き 里芋の煮物 ほうれん草の和え物 すまし汁	ごはん メンチカツ アスパラのじゃこ炒め ｷｬﾍﾞﾂのﾄﾞﾚ和え（中華ﾄﾞﾚ） 味噌汁
夕食	ごはん 豚肉の野菜炒め 五目煮 春菊の和え物 すまし汁	ごはん マーボー豆腐 じゃが芋のコンソメ煮 春雨サラダ(ゆずﾄﾞﾚ) 中華スープ	ごはん メバルの煮付け 茄子の味噌炒め ほうれん草の和え物 すまし汁	ごはん チンジャオロース 長芋の白煮 ﾁﾝｹﾞﾝｻｲのﾅﾑﾙ 味噌汁	ごはん シーフードシチュー ｱｽﾊﾟﾗのソテー 菜の花のおかか和え パイン	ごはん 蒸し鶏のネギソースかけ ひじき煮 春菊のドレ和え(香味和風) 味噌汁	ごはん サワラの柚子風味照り焼き 大根の煮物 えだ豆サラダ すまし汁

献立表

現　　場：リビングフォレスト
献立種類：常食（ 個別献立 ／ Ａ ）
期　　間：2024/3/18～2024/3/24

	月	火	水	木	金	土	日
	18	19	20	21	22	23	24
朝食	パン ミートボール 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 スパゲティサラダ 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	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 肉団子のスープ煮 フルーツミックス缶 牛乳/コーヒー
昼食	ごはん アカウオの西京焼き 小松菜の煮浸し 胡瓜の酢の物 味噌汁	ハヤシライス 海鮮炒め オクラの和え物 プリン	おかかふりかけごはん 醤油ラーメン 焼き餃子 ﾁﾝｹﾞﾝｻｲのナムル 杏仁豆腐	☆ピクニック弁当風☆ ふりかけごはん エビフライ・コロッケ 出し巻き卵 ミートボール ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのｻﾗﾀﾞ（ｻｳｻﾞﾝ） 漬物（高菜） フルーツ（オレンジ） すまし汁	ごはん サバの塩焼き 炊き合わせ しろ菜のごま和え すまし汁	ごはん 牛肉の甘辛炒め はんぺんの磯辺揚げ ｷｬﾍﾞﾂのｻﾗﾀﾞ（ﾌﾚﾝﾁ赤） すまし汁	ごはん タチウオの梅煮 小松菜のソテー もやしのﾄﾞﾚ和え（青じそ） 味噌汁
夕食	ごはん 鶏の唐揚げ 根菜の炒め煮 白菜の昆布和え すまし汁	ごはん カレイの照り煮 鶏レバーの甘辛煮 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのﾂﾅ和え（ごまﾄﾞﾚ） すまし汁	ごはん 豚じゃが ぜんまいの炒め煮 ｶﾘﾌﾗﾜｰのﾄﾞﾚ和え（ｻｳｻﾞﾝ） 味噌汁	ごはん エビマヨ 小松菜の煮浸し もやしのサラダ（香味和風） ワカメスープ	ごはん 豚肉と白菜の重ね煮 スナップエンドウのソテー 春雨の酢の物 味噌汁	ごはん 白身魚フライ 筍とふきの煮物 菜の花の和え物 味噌汁	ごはん 豚の生姜焼き ぜんまいの炒め煮 えだ豆サラダ すまし汁

献立表

現　　場：リビングフォレスト
献立種類：常食（ 個別献立 ／ Ａ ）
期　　間：2024/3/25～2024/3/31

	月	火	水	木	金	土	日
	25	26	27	28	29	30	31
朝食	パン オムレツ 白桃缶 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 オムレツ 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	菓子パン ゆで卵 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 回鍋肉 しゅうまい 大根サラダ(柚子ﾄﾞﾚ) 中華スープ	ごはん サワラの幽庵焼き じゃが芋のバター醤油炒め ﾁﾝｹﾞﾝｻｲの和え物 味噌汁	ごはん 鶏のねぎ味噌焼き 蓮根とこんにゃくの煮物 ほうれん草のﾄﾞﾚ和え（中華ﾄﾞﾚ） すまし汁	たまごふりかけごはん 梅わかめうどん ちくわ天 小松菜のお浸し イチゴムース	☆お誕生日会☆ ごはん 天ぷら お造り 白身魚のふわらか豆腐 赤だし フルーツ（りんご・キウイ） ピーチショートケーキ	ごはん アジの南蛮漬け 里芋の煮物 春菊の和え物 味噌汁	ごはん ｺﾛｯｹ盛り合わせ(ｽｷﾔｷ･ｶﾆｸﾘｰﾑ･星 なすとふきの煮物 菜の花のﾄﾞﾚ和え（ﾃﾞﾘｼｬｽ） すまし汁
夕食	ごはん メバルの漬け焼き なすの煮付け ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ和え(青じそ) 味噌汁	ごはん 牛肉の旨煮 金平ごぼう もやしの梅かつお和え すまし汁	ごはん タチウオの塩焼き 白菜とはんぺんの煮物 オクラのなめ茸和え 味噌汁	ごはん 牛肉ときのこのｵｲｽﾀｰ炒め さつまいもの甘煮 レタスサラダ すまし汁	ごはん 八宝菜 肉団子 しろ菜のﾄﾞﾚ和え（香味柚子ﾄﾞﾚ） 中華スープ	ごはん 鶏肉のさっぱり煮 ﾁﾝｹﾞﾝｻｲの華風炒め ごぼうサラダ すまし汁	ごはん 鶏肉のもろみ味噌焼き 南瓜の煮物 小松菜のおかか和え すまし汁