

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：2022/6/1～2022/6/5

	月	火	水 1	木 2	金 3	土 4	日 5
朝食			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 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 コンソメ煮（ｶﾌﾌﾞﾙ） フルーツミックス缶 牛乳/コーヒー
昼食			ごはん サケの塩焼き ひじき煮 もやしの中華ﾄﾞﾚ和え 味噌汁	ごはん 牛肉の薬味炒め 茄子の揚げ浸し 白菜の甘酢和え すまし汁	ごはん メバルの漬け焼き 五目煮豆 キャベツの香味柚子ﾄﾞﾚ和え 味噌汁	ごはん ｽｷﾞｷｺﾛｯｹ・ｸﾘｰﾑｺﾛｯｹ 白菜の洋風煮 海藻サラダ（青じそﾄﾞﾚ） すまし汁	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
夕食			ごはん 豚肉野菜炒め しゅうまい レタスとトマトのサラダ すまし汁	ごはん タチウオの照り煮 里芋とｲﾝｹﾝの煮物 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 ｲﾝｹﾝのナムル すまし汁	ごはん 鶏肉の旨煮 ブロッコリーのソテー もやしの梅かつお和え 味噌汁	ごはん カレイの生姜煮 ピーマンの甘辛炒め 大根サラダ（ごまﾄﾞﾚ） 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：2022/6/6～2022/6/12

	月 6	火 7	水 8	木 9	金 10	土 11	日 12
朝食	パン オムレツ 白桃缶 牛乳/コーヒー	パン 白菜のドレ和え 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 大豆サラダ 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 スープ煮（アスパラ） フルーツミックス缶 牛乳/コーヒー
昼食	ごはん サバの塩焼き 若竹煮 小松菜となめこのお浸し 味噌汁	ごはん 牛肉の甘辛炒め さつま芋のレモン煮 オクラのポン酢和え 味噌汁	ごはん 和風ハンバーグ 小松菜の煮浸し 卵豆腐 すまし汁	ごはん アカウオの生姜煮 はんぺんの磯辺揚げ インゲンのごま和え 味噌汁	ごはん エビチリ しろ菜のお浸し 中華スープ 杏仁豆腐	ごはん サワラの煮付け 海鮮炒め 白菜の梅かつお和え 味噌汁	ごはん エビフライ・カレーコロッケ・牛肉コロッケ 海鮮団子の煮物 もずく酢 すまし汁
夕食	ごはん 豚バラ白菜 南瓜の煮付け インゲンのおかか和え すまし汁	ごはん 変わり揚げ アスパラとツナのソテー 菜の花の磯辺和え すまし汁	ごはん アジの南蛮漬け 冬瓜の煮物 ほうれん草の香味ゆず和え 味噌汁	ごはん 鶏肉の味噌炒め 蓮根とこんにゃくの煮物 オクラのとろろ和え すまし汁	ごはん マスの塩こうじ漬け焼き 鶏レバーの甘辛煮 チゲンサイの和風ドレ和え 味噌汁	ごはん 豚肉のスタミナ炒め 筍とふきの煮物 菜の花の錦糸和え すまし汁	ごはん 鶏肉のゆず香り焼き 里芋の煮物 チゲンサイの中華ドレ和え 味噌汁

献立表

現 場：リビングフォレスト

献立種類：常食（個別献立 / A）

期 間：2022/6/13～2022/6/19

	月 13	火 14	水 15	木 16	金 17	土 18	日 19
朝食	パン スープ煮（肉団子） 白桃缶 牛乳/コーヒー	パン 南瓜サラダ 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 ウインナーソテー バナナ 牛乳/コーヒー	パン スパゲッティサラダ 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 コンソメ煮（白菜） フルーツミックス缶 牛乳/コーヒー
昼食	ごはん 八宝菜 焼き餃子 胡瓜の生姜和え ワカメスープ	☆会席料理☆	ごはん かいの唐揚げ（おろしポン酢） じゃがいもの千切り炒め ほうれん草のお浸し 味噌汁	☆ピクニック弁当風☆ ふりかけごはん ハンバーグ 出し巻き卵 コロケ・ポテト たらこスパゲッティ アスパラのサラダ（野菜ドレ） 漬物（しば漬け） すまし汁 フルーツ（キウイ）	ごはん 好むの梅煮 焼き茄子 もやしのナムル 味噌汁	ごはん 肉じゃが チンゲンサイの炒め物 かぶらの胡麻ドレ和え すまし汁	☆父の日☆ 父の日カレー エビカツ 海藻サラダ（香味和風ドレ） プリン
夕食	ごはん アカウオの照り焼き 長芋の白煮 菜の花のわさび和え 味噌汁	ごはん ホッケの塩焼き 冬瓜のそぼろ煮 豆腐サラダ（ごま醤油） すまし汁	牛丼 小松菜の煮浸し カリフラワーのサラダ（青じそ） すまし汁 ぶどうゼリー	ごはん アジの漬け焼き じゃこピーマン炒め キャベツのごま和え 味噌汁	ごはん 鶏肉のもろみ味噌焼き 南瓜とふきの煮物 胡瓜の即席漬け すまし汁	ごはん メバルの煮付け レンコンのそぼろ炒め 和風サラダ（デリシヤス） 味噌汁	ごはん 豚肉と大根の煮物 インゲンときのこリテ ほうれん草の和え物 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：2022/6/20～2022/6/26

	月 20	火 21	水 22	木 23	金 24	土 25	日 26
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（ハム） 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 野菜サラダ 洋梨缶 牛乳/コーヒー	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	たらこふりかけごはん 冷麺 カニしゅうまい キャベツのサラダ（ごまドレ） オレンジゼリー	ごはん サンマの蒲焼き フゲンソイの煮浸し なめこと山菜のおろしあえ 味噌汁	ごはん 蒸し鶏のごまだれかけ 金平ごぼう もやしの錦糸和え すまし汁	ごはん サワラの幽庵焼き ほうれん草の煮浸し なます 味噌汁	☆お誕生日会☆ オムライス オムチーフライ・メンチカツ 和風きのこスパゲティ サラダ（フレンチ赤） コーンスープ キウイ チョコケーキ	ごはん サバのごま焼き 筍の煮物 白菜の生姜醤油和え 味噌汁	ごはん 豚肉と厚揚げの旨煮 茄子の味噌炒め 春雨のサラダ（ごま醤油） すまし汁
夕食	ごはん アカウオの西京焼き ジャーマンソテー 菜の花のごま和え けんちん汁	ごはん チンジャオロース さつま芋の甘煮 きゅうりの酢の物 中華スープ	ごはん ホキの天ぷら（中華あん） ぜんまいの炒め煮 オクラのポン酢和え 味噌汁	ごはん 角煮 焼きビーフン 小松菜の柚子ドレ和え すまし汁	ごはん カレイの照り煮 フゲンソイの炒め物 カラワの梅かつお和え 味噌汁	ごはん 鶏の甘酢あんかけ 大根の煮物 ほうれん草の和え物 すまし汁	ごはん 好材の塩焼き 里芋の土佐煮 菜の花の和え物 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：2022/6/27～2022/6/30

	月 27	火 28	水 29	木 30	金	土	日
朝食	パン オムレツ 白桃缶 牛乳/コーヒー	パン ほうれん草のクリーム煮 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 野菜のソテー バナナ 牛乳/コーヒー			
昼食	ごはん すき焼き煮 レンコンのピリ辛炒め もやしのとえ物 かき玉汁	たまごふりかけご飯 冷やしうどん（梅おろし） 鶏天 ブロッコリーの錦糸和え いちごムース	ごはん サバの照り焼き ひじきの五目煮 しろ菜のとえ物 味噌汁	親子丼 ぜんまいの煮付け キャベツのじゃこ炒め すまし汁 ぶどうゼリー			
夕食	ごはん エビマヨ 南瓜のソテー オクラの香味ドレ和え わかめスープ	ごはん 牛肉の彩り炒め 炊き合わせ 白菜サラダ（デリッパ） 味噌汁	ごはん 豚しゃぶ 白菜の柚子和え アスパラサラダ（サザン） すまし汁	ごはん サワラの香味焼き 里芋のそぼろあんかけ 小松菜の生姜醤油和え 味噌汁			