

2024年10月



Monthly Menu

西山病院未来型ダイケア

月	火	水	木	金	土
	1日	2日	3日	4日	5日
	肉豆腐 712kcal	さばの味噌煮 637kcal	ぶりの柚子こしょう焼き 634kcal	鶏肉のもろみ味噌焼き 669kcal	ピーマンの肉詰め焼き 622kcal
7日	8日	9日	10日	11日	12日
さわらの塩麹焼き 589kcal	豚肉のバーベキューソース 619kcal	白身魚のピカタ オーロラソース 657kcal	松風焼き 603kcal	白身魚の香草パン粉焼き 651kcal	さばの味噌焼き 602kcal
14日	15日	16日	17日	18日	19日
コロッケ盛り合わせ 670kcal	鶏肉のチリソース炒め 631kcal	たらのパテチーズ焼き 618kcal	鶏つくねの甘辛炒め 662kcal	鶏肉のコーンマヨ焼き 643kcal	ぶりの竜田揚げ 635kcal
21日	22日	23日	24日	25日	26日
トンテキ 697kcal	タラの葱味噌焼き 624kcal	アジのムニエルトマトソース 605kcal	たらのパン粉焼き 571kcal	ブリの照り焼き 610kcal	肉団子の中華煮 632kcal
28日	29日	30日	31日		
白身魚の天ぷら ゴマ味噌ソース 661kcal	擬製豆腐 627kcal	豚肉の山椒焼き 601kcal	ミックスフライ 618kcal		

■食材仕入れの都合によりメニュー変更する場合があります。



Weekly Menu

西山病院未来型ディケア

	月 9月30日	火 10月1日	水 10月2日	木 10月3日	金 10月4日	土 10月5日
A ランチ	敬老の日 敬老御膳 ・天ぷら盛り合わせ ・茶碗蒸し ・タコと茗荷の酢の物 ・茸そうめん ・お赤飯 栗ようかん	赤魚の野菜 あんかけ ごぼうの炒め煮 702kcal 蛋30.3g 脂16.6g 塩2.0g	タラのたらこ マヨネーズ焼き 炒り豆腐 668kcal 蛋28.2g 脂20.0g 塩2.2g	白身魚の 磯辺揚げ 鶏そぼろ蓮根 691kcal 蛋28.3g 脂16.8g 塩2.2g	さばの生姜煮 さつま芋サラダ 714kcal 蛋29.2g 脂21.4g 塩1.9g	白身魚 フライカレー ゴーヤチャンプルー 781kcal 蛋23.5g 脂26.9g 塩2.6g
B ランチ		豚肉の くわ焼き ちくわのピリ辛炒め 804kcal 蛋29.2g 脂28.0g 塩2.3g	チキンカツ キャベツの煮浸し 659kcal 蛋21.4g 脂17.1g 塩2.1g	チキンの ガーリックグリル 大根といかの煮物 656kcal 蛋28.1g 脂16.8g 塩2.2g	黒酢酢豚 洋風炒め 740kcal 蛋26.3g 脂24.9g 塩2.3g	チキンの ピザ焼き ごぼうの甘辛煮 721kcal 蛋28.4g 脂22.2g 塩2.2g
C ランチ		整腸 白身魚の アーモンドフライ ちくわのピリ辛炒め 782kcal 蛋32.7g 脂24.2g 塩2.2g	抗酸化 茹で豚肉の 胡麻だれかけ キャベツの煮浸し 703kcal 蛋25.9g 脂24.3g 塩2.2g	骨 豚肉と厚揚げの 味噌炒め 大根といかの煮物 733kcal 蛋27.6g 脂30.0g 塩2.3g	貧血 鮭のハニー マスタード焼き 洋風炒め 693kcal 蛋30.5g 脂23.1g 塩2.2g	整腸 カレイの きのこクリームソース ごぼうの甘辛煮 754kcal 蛋26.5g 脂21.9g 塩2.4g
麺 ランチ		卵とじきしめん 大根と牛すじの味噌煮 639kcal 蛋24.9g 脂12.6g 塩4.2g	カレーうどん 温泉卵 762kcal 蛋23.8g 脂26.8g 塩4.2g	山菜おろしそば ちくわの2色天ぷら 668kcal 蛋22.4g 脂12.1g 塩4.0g	温玉キムチ きしめん がんもの煮物 699kcal 蛋25.7g 脂22.5g 塩4.2g	かき揚げ 茶そば 茄子のオスターソース炒め 798kcal 蛋18.9g 脂27.0g 塩3.1g
共通 小鉢		長芋とオクラのわさび和え パンナコッタ ごはん 豆乳味噌スープ	なめ茸おろし フルーツ杏仁 ごはん オニオンスープ	ほうれん草と干えびのお浸し マスカットゼリー ごはん かき玉汁	白菜のおかか和え 苺ミルクプリン 十五穀米 清まし汁	大根のさっぱりツナ和え 抹茶ババロア ごはん 味噌汁

【注意】麺ランチに汁物は付きませんのでご注意ください。

※仕入れの都合によりメニューを変更する場合がございます。



Weekly Menu

西山病院未来型ディケア



	月 10月7日	火 10月8日	水 10月9日	木 10月10日	金 10月11日	土 10月12日
A ランチ	赤魚の揚げだし もやしとにらの炒め物 685kcal 蛋27.3g 脂20.5g 塩2.2g	天津飯 チンゲン菜の炒め煮 676kcal 蛋16.6g 脂18.7g 塩2.7g	グリル野菜カレー 白菜の中華煮 600kcal 蛋12.7g 脂12.2g 塩2.6g	根菜とさばの黒酢あん 信田の煮物 818kcal 蛋32.8g 脂26.2g 塩2.5g	あじの唐揚げ 生姜あんかけ なすのトマト煮 727kcal 蛋30.4g 脂21.4g 塩2.4g	白身魚の照り焼き ツナソテー 606kcal 蛋29.7g 脂13.9g 塩2.4g
B ランチ	揚げ豚の香りソースかけ ふきの土佐煮 719kcal 蛋25.4g 脂28.2g 塩2.3g	鶏肉のみぞれ煮 ブロッコリーのカレーソテー 738kcal 蛋27.1g 脂23.7g 塩2.3g	ヤンニョムチキン インゲンとベーコンの炒め物 758kcal 蛋26.9g 脂30.2g 塩2.5g	4種のきのこクリームコロッケ 金平大根 768kcal 蛋14.4g 脂26.5g 塩2.4g	牛丼 ビーフンソテー 703kcal 蛋18.2g 脂22.6g 塩2.4g	煮込みハンバーグ じゃが芋の白煮 651kcal 蛋23.6g 脂15.0g 塩2.4g
C ランチ	整腸 鶏肉のヨーグルト味噌焼き ふきの土佐煮 656kcal 蛋25.5g 脂23.5g 塩2.2g	貧血 サバの竜田揚げ香味だれかけ ブロッコリーのカレーソテー 768kcal 蛋28.2g 脂27.7g 塩2.3g	免疫力 さわらの昆布茶風味焼き インゲンとベーコンの炒め物 602kcal 蛋26.9g 脂18.7g 塩2.2g		骨 肉団子と野菜の豆乳煮 ビーフンソテー 698kcal 蛋21.0g 脂16.0g 塩2.4g	脳活性 揚げ鶏のフルッシュトマトソース じゃが芋の白煮 756kcal 蛋26.7g 脂25.1g 塩2.3g
麺 ランチ	きつねそば じゃが芋のじゃこバター炒め 629kcal 蛋20.7g 脂11.1g 塩3.6g	豚骨しょうゆラーメン 春巻き 779kcal 蛋25.1g 脂19.5g 塩4.7g	いか天うどん 野菜つみれの煮物 612kcal 蛋20.3g 脂11.2g 塩4.8g		きつねきしめん 蓮根の挟み揚げ 654kcal 蛋16.4g 脂15.7g 塩4.2g	クリーミー坦々うどん 若竹煮 696kcal 蛋26.0g 脂21.4g 塩3.7g
共通 小鉢	白菜となめこのポン酢和え ココアプリン わかめご飯 けんちん汁	春雨サラダ フルーツポンチ ごはん 味噌汁	なすの生姜和え オレンジムース ごはん 味噌汁	もずくの酢の物 カフェオレゼリー 菜飯 清まし汁	小松菜のお浸し わらびもち ごはん 味噌汁	オクラのなめ茸和え マンゴーヨーグルト ごはん 味噌汁

【注意】麺ランチに汁物は付きませんのでご注意ください。

※仕入れの都合によりメニューを変更する場合がございます。



Weekly Menu

西山病院未来型ディケア



	月 10月14日	火 10月15日	水 10月16日	木 10月17日	金 10月18日	土 10月19日
A ランチ	赤魚の柚子 胡椒煮 切干大根の炒め物 647kcal 蛋26.5g 脂18.7g 塩2.3g	イカの甘酢 あんからめ さつま芋のレモン煮 706kcal 蛋17.5g 脂11.7g 塩2.0g	さばの おろし煮 竹輪とキムチの炒め物 649kcal 蛋30.3g 脂19.4g 塩2.4g	白身魚の天ぷら 卸ポン酢がけ ひじきの煮物 679kcal 蛋29.0g 脂19.5g 塩2.3g	昭和の 洋食フェア	なす チーズカレー 高野豆腐の煮物 612kcal 蛋16.2g 脂17.0g 塩2.8g
B ランチ	チキンの ミートソース焼き がんもの煮物 729kcal 蛋28.7g 脂26.7g 塩2.3g	きのこたっぷり ポークジンジャー ごぼうの味噌煮 673kcal 蛋25.3g 脂20.1g 塩2.4g	揚げ豆腐の 肉味噌がけ 小松菜と干し海老の炒め煮 769kcal 蛋30.6g 脂28.1g 塩2.1g	豚の角煮 里芋のバター醤油炒め 774kcal 蛋34.7g 脂30.6g 塩2.2g	Aランチ 【エビとズッキーニ のグラタン】 	ミルフィーユ チーズカツ ほうれん草のカレーソテー 720kcal 蛋25.1g 脂24.4g 塩2.4g
C ランチ	抗酸化 ポークステーキ 赤ワインデミソース がんもの煮物 730kcal 蛋27.6g 脂29.3g 塩2.1g	抗酸化 ハマチの ごま焼き ごぼうの味噌煮 667kcal 蛋27.0g 脂20.0g 塩1.9g	整腸 豚肉の 塩麹グリル 小松菜と干し海老の炒め煮 680kcal 蛋26.3g 脂23.7g 塩2.1g	脳活性 アジのソテー 野菜トマトソース 里芋のバター醤油炒め 626kcal 蛋30.8g 脂12.9g 塩2.2g	Bランチ 【元祖オムライス】 	整腸 赤魚の 甘酒みぞれ煮 ほうれん草のカレーソテー 654kcal 蛋28.1g 脂15.0g 塩2.2g
麺 ランチ	豚肉と椎茸のと ろみそば 炒り豆腐 736kcal 蛋25.9g 脂21.0g 塩3.4g	まろやか 白味噌ラーメン 揚げ餃子 707kcal 蛋23.9g 脂14.0g 塩4.2g	鶏塩うどん 厚揚げの味噌炒め 665kcal 蛋28.0g 脂19.3g 塩4.7g	塩ワンタン麺 麻婆茄子 680kcal 蛋23.7g 脂15.5g 塩4.5g	Cランチ 【ミックスグリル】 	肉玉あんかけ うどん 蒸し鶏のサラダ 694kcal 蛋28.8g 脂20.2g 塩4.1g
共通 小鉢	生姜酢和え ベリームース ごはん カレースープ	水菜の和風サラダ あんみつ ごはん 春雨中華スープ	とろろ プリン 麦ごはん 清まし汁	ツナサラダ ブルーベリーヨーグルト ごはん 味噌汁	めんランチ 【スパゲティ ナポリタン】 	きのこのマリネ バニラババロア ごはん 味噌汁

【注意】麺ランチに汁物は付きませんのでご注意ください。

※仕入れの都合によりメニューを変更する場合がございます。



Weekly Menu

西山病院未来型ディケア

	月 10月21日	火 10月22日	水 10月23日	木 10月24日	金 10月25日	土 10月26日
A ランチ	さばの 七味醤油焼き 五目さっぱり金平 672kcal 蛋30.2g 脂22.2g 塩2.3g	鮭ちらし寿司 筍とこんにゃくの煮物 637kcal 蛋22.0g 脂8.4g 塩2.1g	赤魚の 麴味噌漬け 茄子の揚げ浸し 656kcal 蛋25.6g 脂22.3g 塩1.8g	さばの味噌煮 チンゲン菜と木耳の玉子炒め 709kcal 蛋28.3g 脂24.2g 塩2.6g	エビ フライカレー 煮奴 645kcal 蛋18.0g 脂15.9g 塩2.6g	赤魚の粕漬焼き 里芋の天ぷら 甘みそかけ 623kcal 蛋26.2g 脂16.3g 塩1.6g
B ランチ	鶏肉と野菜の 中華煮 ブロッコリーのガーリックテ 638kcal 蛋26.1g 脂18.9g 塩2.2g	鶏肉の 南部焼き 筍とこんにゃくの煮物 647kcal 蛋27.2g 脂20.2g 塩2.4g	豚キムチ 大根とイカの煮物 702kcal 蛋23.2g 脂29.7g 塩2.2g	ハンバーグの 照り焼きソース さといもの煮物 735kcal 蛋20.8g 脂22.6g 塩2.8g	チキンの外外粒 マスタード焼き ブロッコリーと小海老の炒め物 740kcal 蛋30.0g 脂28.6g 塩2.3g	きのこたっぷり 親子丼 筍のそぼろ炒め 764kcal 蛋34.5g 脂30.0g 塩2.4g
C ランチ	抗酸化 鮭の香草 パン粉焼き ブロッコリーのガーリックテ 649kcal 蛋33.0g 脂15.3g 塩2.5g	骨 豆腐ステーキ きのこあんかけ 筍とこんにゃくの煮物 754kcal 蛋30.4g 脂27.9g 塩2.2g	免疫力 チキン南蛮 大根とイカの煮物 720kcal 蛋32.0g 脂26.7g 塩2.3g	整腸 チキンのチーズ焼き デミソース さといもの煮物 730kcal 蛋27.6g 脂24.4g 塩2.5g	抗酸化 さわらの生姜煮 ブロッコリーと小海老の炒め物 606kcal 蛋31.6g 脂14.0g 塩2.0g	貧血 豚しゃぶのおろし ぽん酢かけ 筍のそぼろ炒め 800kcal 蛋28.7g 脂40.3g 塩2.5g
麺 ランチ	肉きしめん 長芋の白煮 668kcal 蛋22.1g 脂16.3g 塩4.8g	ごま豆乳うどん 筍とこんにゃくの煮物 711kcal 蛋23.0g 脂26.7g 塩4.8g	竹輪天そば 野菜の五目炒め 711kcal 蛋24.1g 脂19.7g 塩4.0g	トマトクリームス パゲッティ 巾着の煮物 855kcal 蛋26.7g 脂20.4g 塩3.1g	とろろきしめん 白身魚フライ 625kcal 蛋21.2g 脂10.1g 塩4.1g	高菜豚骨 ラーメン 焼売 678kcal 蛋26.7g 脂15.3g 塩4.4g
共通 小鉢	菜花のお浸し レモンゼリー ごはん 味噌汁	うの花 オレンジフルーチェ ごはん かき玉汁	オクラの梅和え 杏仁豆腐 ごはん 中華スープ	ひじきサラダ わらびもち きのこご飯 清まし汁	ほうれん草のお浸し 抹茶プリン ごはん 味噌汁	塩昆布和え パインムース ごはん 味噌汁

【注意】麺ランチに汁物は付きませんのでご注意ください。

※仕入れの都合によりメニューを変更する場合がございます。



Weekly Menu

西山病院未来型ディケア

	月 10月28日	火 10月29日	水 10月30日	木 10月31日	金	土
A ランチ	あじのトマト煮 ごぼうとベーコンのピリ辛炒め 623kcal 蛋28.8g 脂12.9g 塩1.7g	白身魚の香り揚げ 切干大根の炒め煮 760kcal 蛋22.1g 脂28.8g 塩2.4g	 ハロウィンカレー  ポパイ炒め 733kcal 蛋26.1g 脂26.3g 塩2.8g	秋刀魚御膳 		
B ランチ	よだれ鶏 ホクホク南瓜の煮物 631kcal 蛋27.9g 脂11.2g 塩2.3g	豚肉の梅味噌焼き イカリングフライ 753kcal 蛋27.6g 脂27.2g 塩2.4g	揚げ鶏の黒酢だれ 五目豆 748kcal 蛋31.6g 脂18.8g 塩2.2g			
C ランチ	貧血 いわしフライ ホクホク南瓜の煮物 806kcal 蛋27.2g 脂24.1g 塩2.4g	免疫力 鶏肉の爽やか赤ワイン煮 イカリングフライ 737kcal 蛋26.9g 脂22.4g 塩2.2g	骨 豚肉と厚揚げのオイスター炒め 五目豆 730kcal 蛋30.9g 脂25.0g 塩2.3g			
麺 ランチ	カレーきしめん 温泉卵 648kcal 蛋24.6g 脂20.1g 塩4.4g	五目あんかけ焼きそば つみれの煮物 640kcal 蛋19.8g 脂14.6g 塩4.9g	えび天うどん がんもの煮物 664kcal 蛋20.0g 脂18.2g 塩4.4g			
共通 小鉢	もやしの酢の物 フルーツヨーグルト ごはん 中華風クリームスープ	コールスローサラダ ピーチゼリー ごはん 清まし汁	白菜のゆかり和え チョコレートババロア ゆかりご飯 キャベツと桜えびの塩麹スープ			

【注意】麺ランチに汁物は付きませんのでご注意ください。

※仕入れの都合によりメニューを変更する場合がございます。