

2024年11月



Monthly Menu

西山病院未来型ディケア

月	火	水	木	金	土
				1日	2日
				牛肉のスタミナ炒め 582kcal	メバルのソテー トマトソース 593kcal
4日	5日	6日	7日	8日	9日
鮭のもろみ味噌焼き 557kcal	鶏肉の唐揚げ 672kcal	ハンバーグ 681kcal	さわらの山椒焼き 699kcal	鶏肉の西京焼き 612kcal	豚肉の生姜焼き 668kcal
11日	12日	13日	14日	15日	16日
すき焼き煮 614kcal	さばの塩焼き 588kcal	白身魚の幽庵焼き 572kcal	タンドリーチキン 633kcal	シーフードフライ 617kcal	牛肉の卵とじ 658kcal
18日	19日	20日	21日	22日	23日
あじの照り煮 565kcal	さばのタルタル焼き 738kcal	牛肉とアスパラの甘辛炒め 643kcal	豚肉のわさび醤油焼き 609kcal	赤魚のきのこあん 604kcal	鶏肉のスタミナ焼き 586kcal
25日	26日	27日	28日	29日	30日
白身魚の照焼き 587kcal	回鍋肉 699kcal	さわらの香味ソースかけ 620kcal	ポークチャップ 642kcal	肉豆腐 712kcal	さばの味噌煮 637kcal

■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 10月28日	火 10月29日	水 10月30日	木 10月31日	金 11月1日	土 11月2日
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	海老フライ 蓮根のそぼろ煮 693kcal 蛋17.5g 脂21.5g 塩1.7g	ブリの唐揚げ 葱 レモンソース こんにゃくのピリ辛炒め煮 743kcal 蛋28.5g 脂28.1g 塩2.3g
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		青椒肉絲 茄子の揚げ煮 665kcal 蛋23.1g 脂20.1g 塩2.2g	鶏肉と大根の 照り煮 インゲンのツナソテー 636kcal 蛋31.8g 脂16.6g 塩2.1g
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		抗酸化 ハマチのにんにく 醤油焼き 茄子の揚げ煮 712kcal 蛋25.8g 脂24.6g 塩1.6g	骨 塩麹豆腐 ハンバーグ インゲンのツナソテー 724kcal 蛋28.8g 脂24.3g 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		鶏南蛮うどん キャベツと筍の味噌炒め 611kcal 蛋21.9g 脂14.2g 塩3.8g	ミート スパゲッティ アスパラのソテー 733kcal 蛋25.0g 脂15.9g 塩3.0g
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		もずくの酢の物 あんみつ ごはん 中華スープ	白菜のお浸し 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 11月4日	火 11月5日	水 11月6日	木 11月7日	金 11月8日	土 11月9日
A ランチ	さわらの 黄身焼き にらもやし炒め 655kcal 蛋30.6g 脂20.6g 塩2.3g	キス天井 切昆布の煮物 697kcal 蛋22.3g 脂19.2g 塩2.3g	ホタテフライ カレー 冬瓜と海老の煮物 641kcal 蛋16.0g 脂15.9g 塩2.2g	白身魚のカレー ムニエル なすの煮浸し 675kcal 蛋22.7g 脂22.0g 塩2.2g	メバルの煮付け 南瓜のチーズ焼き 667kcal 蛋32.4g 脂17.2g 塩2.2g	カラスカレイの かんずりチーズ焼き ひじきの煮付 678kcal 蛋28.7g 脂18.8g 塩2.8g
B ランチ	豚ヒレカツ ごぼうの胡麻煮 652kcal 蛋22.8g 脂17.3g 塩2.3g	ポークブラウン シチュー ブロッコリーのパプリカソース炒め 780kcal 蛋27.9g 脂28.1g 塩2.3g	チキンの ポテト焼き チンゲン菜のオイスター炒め 741kcal 蛋28.2g 脂28.2g 塩2.3g	鶏肉の さっぱりマリネ 蓮根のおかか煮 759kcal 蛋30.9g 脂21.5g 塩2.1g	豚肉の 塩ダレ炒め ミモザサラダ 737kcal 蛋22.5g 脂29.9g 塩2.0g	のっけチーズとソースの Wチーズハンバーグ マカロニサラダ 822kcal 蛋29.4g 脂27.5g 塩2.9g
C ランチ	免疫力 和風豆乳 きのこソース ごぼうの胡麻煮 669kcal 蛋34.7g 脂15.3g 塩2.1g	脳活性 サバのソテー うたけソース ブロッコリーのパプリカソース炒め 731kcal 蛋31.2g 脂24.7g 塩2.0g	整腸 タラのピリ辛 キムチ煮 チンゲン菜のオイスター炒め 592kcal 蛋29.9g 脂12.6g 塩2.3g	抗酸化 鮭の生姜 風味焼き 蓮根のおかか煮 639kcal 蛋28.1g 脂12.1g 塩2.2g	貧血 カジキマグロの ステーキカツ ミモザサラダ 770kcal 蛋26.0g 脂25.1g 塩2.2g	
麺 ランチ	梅とろろ 昆布そば 信田の煮物 589kcal 蛋21.7g 脂9.8g 塩4.0g	あおさ香る 醤油ラーメン 肉団子の甘酢だれ 735kcal 蛋25.5g 脂16.5g 塩4.0g	肉おろしうどん キャベツの塩昆布炒め 676kcal 蛋20.2g 脂21.0g 塩4.1g	山菜そば 里芋のそばろあんかけ 635kcal 蛋23.0g 脂9.1g 塩4.2g	京風きしめん 厚揚げと白菜の煮浸し 703kcal 蛋30.6g 脂19.6g 塩4.2g	
共通 小鉢	じゃこおろし りんご酢ゼリー ごはん 具沢山清まし汁	マカロニサラダ ベリーヨーグルト ごはん 若竹汁	焼きなす プリン ごはん 味噌汁	キャベツの柚子風味和え レモンゼリー 十五穀米 かき玉汁	はりはり漬け ぶどうフルーチェ ごはん 味噌汁	白菜のごま和え ストロベリーゼリー 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 11月11日	火 11月12日	水 11月13日	木 11月14日	金 11月15日	土 11月16日
A ランチ	白身魚の 香草パン粉焼き さつま芋とりんごの甘煮 668kcal 蛋25.6g 脂13.3g 塩2.2g	赤魚の揚げ煮 金平ごぼう 724kcal 蛋26.6g 脂19.2g 塩2.2g	あじの 南蛮漬け ツナじゃが 703kcal 蛋30.1g 脂14.9g 塩2.2g	かにあんかけ 炒飯 焼ぎょうざ 663kcal 蛋20.6g 脂17.3g 塩2.4g	アブラガレイの 味噌焼き 五目豆 740kcal 蛋28.7g 脂25.9g 塩2.3g	ぷりぷり エビカツカレー なすのごま炒め 651kcal 蛋16.1g 脂15.7g 塩2.6g
B ランチ	豚肉と野菜のポ トフ キャベツのﾊﾟﾊﾟﾝﾁｰﾉ風炒め 678kcal 蛋25.9g 脂22.5g 塩2.1g	鶏肉の 柚子胡椒焼き 南瓜のいところ煮 733kcal 蛋26.7g 脂20.0g 塩2.3g	さくさく メンチカツ にんじんしりしり 759kcal 蛋23.2g 脂24.9g 塩2.3g	豚肉の プルコギ えびチリ豆腐 719kcal 蛋21.2g 脂29.0g 塩2.1g	鶏肉の治部煮 筍とじゃこの山椒炒め 737kcal 蛋31.0g 脂20.5g 塩2.2g	酢豚 ぜんまいの炒り煮 785kcal 蛋27.3g 脂32.2g 塩2.0g
C ランチ	抗酸化 チキンの トマト煮 キャベツのﾊﾟﾊﾟﾝﾁｰﾉ風炒め 689kcal 蛋27.6g 脂22.3g 塩2.0g	骨 千種焼き 南瓜のいところ煮 740kcal 蛋28.4g 脂18.8g 塩2.2g	整腸 鶏肉の 塩麴焼き にんじんしりしり 684kcal 蛋27.8g 脂22.8g 塩2.3g	脳活性 さばの 竜田揚げ えびチリ豆腐 733kcal 蛋29.1g 脂28.3g 塩2.0g	貧血 厚揚げの 肉巻き角煮風 筍とじゃこの山椒炒め 837kcal 蛋30.4g 脂38.5g 塩2.2g	脳活性 あじの 粒マスタード焼き ぜんまいの炒り煮 694kcal 蛋29.6g 脂24.6g 塩2.1g
麺 ランチ	かき揚げうどん ふろふき大根 700kcal 蛋15.5g 脂21.8g 塩4.2g	とろろそば 厚揚げのオイスター炒め 673kcal 蛋20.8g 脂10.3g 塩3.2g	味噌ラーメン 豚キムチ炒め 674kcal 蛋24.2g 脂14.9g 塩4.0g	きしめん 蓮根の挟み揚げ 613kcal 蛋15.4g 脂14.6g 塩3.9g	焼きうどん 里芋の味噌煮 719kcal 蛋20.5g 脂22.7g 塩3.3g	肉そば 卵豆腐のあんかけ 729kcal 蛋29.4g 脂20.0g 塩3.8g
共通 小鉢	小松菜のピーナツ和え チョコレートババロア ごはん コンソメスープ	春雨の酢の物 フルーツポンチ 菜飯 味噌汁	塩昆布和え 抹茶プリン ごはん 味噌汁	白菜の中華和え カフェオレゼリー ごはん ワカメスープ	ブロッコリーのサラダ わらびもち ごはん 清まし汁	ほうれん草のお浸し パインムース ごはん 豚汁

【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 11月18日	火 11月19日	水 11月20日	木 11月21日	金 11月22日	土 11月23日
A ランチ	赤魚の利休焼き 揚げ茄子のみぞれ煮 664kcal 蛋26.2g 脂22.1g 塩2.1g	揚げ魚の おろしポン酢 南瓜のホクホク煮 698kcal 蛋26.5g 脂18.9g 塩2.1g	白身魚のニル カレーかけ 厚揚げの煮物 700kcal 蛋27.5g 脂21.9g 塩2.2g	なすチーズ カレー 青菜の卵とじ 604kcal 蛋15.1g 脂13.5g 塩2.6g	油淋魚 冬瓜の旨煮 702kcal 蛋25.8g 脂21.4g 塩2.1g	エビチリ トマトの卵炒め 799kcal 蛋23.4g 脂29.7g 塩2.4g
B ランチ	肉団子の トマト煮込み 金平れんこん 653kcal 蛋19.9g 脂15.2g 塩2.3g	ミートローフ ひじきの炒め煮 775kcal 蛋29.3g 脂26.4g 塩2.3g	豚カツ キムチともやしのチーズ炒め 660kcal 蛋18.6g 脂19.4g 塩2.1g	炒り鶏 ホタテ風味フライ 755kcal 蛋26.8g 脂27.2g 塩2.3g	鶏肉の梅焼き 青菜とエビのオスターソース炒め 643kcal 蛋26.2g 脂21.0g 塩2.3g	豚肉の マスタード焼き じゃが芋のカレー金平 800kcal 蛋27.9g 脂33.2g 塩1.9g
C ランチ	免疫力 鶏天 金平れんこん 703kcal 蛋30.6g 脂18.0g 塩2.2g	骨 豚肉と白菜の あっさり豆乳煮 ひじきの炒め煮 699kcal 蛋28.9g 脂25.3g 塩2.3g	脳活性 ぶり大根 キムチともやしのチーズ炒め 623kcal 蛋28.7g 脂19.8g 塩2.1g	抗酸化 鮭の チャンチャン焼き ホタテ風味フライ 675kcal 蛋31.0g 脂19.0g 塩2.3g	貧血 麻婆豆腐 青菜とエビのオスターソース炒め 687kcal 蛋29.5g 脂23.9g 塩2.3g	脳活性 あじの蒲焼 じゃが芋のカレー金平 675kcal 蛋31.8g 脂15.2g 塩2.2g
麺 ランチ	舞茸天うどん 高野豆腐の煮物 596kcal 蛋17.7g 脂13.9g 塩3.7g	なめこそば 信田の煮物 654kcal 蛋23.1g 脂11.8g 塩3.2g	鶏ごぼううどん 野菜かき揚げ 730kcal 蛋17.5g 脂27.2g 塩3.5g	海鮮塩焼きそば 水餃子 691kcal 蛋27.4g 脂13.6g 塩3.9g	五目塩ラーメン 照焼きつくね 758kcal 蛋31.3g 脂21.2g 塩4.1g	野菜あんかけ うどん 豆腐田楽 688kcal 蛋22.2g 脂18.5g 塩3.9g
共通 小鉢	もずくの酢の物 ココアプリン ゆかりご飯 味噌汁	キャベツの辛子和え バニラババロア ごはん 味噌汁	小松菜のお浸し オレンジフルーチェ ごはん 味噌汁	ピーナッツ和え マスカットゼリー ごはん 清まし汁	カリフラワーサラダ 杏仁豆腐 ごはん 中華スープ	4種豆豆サラダ ピーチゼリー ごはん くずし豆腐の清まし汁

【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 11月25日	火 11月26日	水 11月27日	木 11月28日	金 11月29日	土 11月30日
A ランチ	海老かつ 厚揚げの煮付け 717kcal 蛋23.6g 脂21.2g 塩2.2g	イベント シェフ監修 平松シェフによる 【スペシャルメニュー】 のご提供	メバルの おろし煮 里芋の胡麻味噌かけ 690kcal 蛋27.3g 脂18.0g 塩2.2g	赤魚の 野菜あんかけ 肉詰いなりの煮物 686kcal 蛋29.9g 脂13.5g 塩2.4g	パリパリ チキンカレー ごぼうの炒め煮 723kcal 蛋24.3g 脂25.0g 塩2.3g	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
B ランチ	豚肉の バーベキューソース 小松菜の塩炒め 694kcal 蛋23.1g 脂22.7g 塩2.3g		牛焼肉炒め 蓮根のおかか煮 700kcal 蛋21.2g 脂26.0g 塩2.2g	三色そばろ丼 五目ひじき 669kcal 蛋29.6g 脂19.5g 塩2.3g	豚肉のくわ焼き ちくわのピリ辛炒め 764kcal 蛋28.9g 脂23.7g 塩2.2g	チキンカツ キャベツの煮浸し 659kcal 蛋21.4g 脂17.1g 塩2.1g
C ランチ	骨 根菜とさばの黒 酢あん 小松菜の塩炒め 760kcal 蛋28.0g 脂23.4g 塩2.2g		骨 擬製豆腐 蓮根のおかか煮 708kcal 蛋33.2g 脂21.3g 塩2.1g	脳活性 あじのフライ タルタルソース 五目ひじき 767kcal 蛋26.3g 脂26.6g 塩2.4g	整腸 白身魚の アーモンドフライ ちくわのピリ辛炒め 743kcal 蛋32.5g 脂19.9g 塩2.3g	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
麺 ランチ	温玉月見そば いかの天ぷら 687kcal 蛋26.2g 脂16.3g 塩3.7g		ぶっかけうどん がんもの煮物 582kcal 蛋17.0g 脂9.9g 塩3.9g	チャンポン麺 えび焼売 728kcal 蛋27.7g 脂17.4g 塩4.4g	卵とじきしめん 大根と牛すじの味噌煮 597kcal 蛋24.5g 脂8.2g 塩3.9g	カレーうどん 温泉卵 752kcal 蛋23.6g 脂26.2g 塩3.9g
共通 小鉢	切干大根と山菜の和え物 マンゴープリン ごはん 清まし汁		白菜とみょうがのポン酢和え ブルーベリーヨーグルト わかめご飯 ふわふわ玉子スープ	大根サラダ 苺ミルクプリン ごはん 味噌汁	長芋とオクラのわさび和え メロンムース 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

【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。