

2024年12月



Monthly Menu

西山病院未来型デイケア

月	火	水	木	金	土
2日	3日	4日	5日	6日	7日
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	さわらの塩麴焼き 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
9日	10日	11日	12日	13日	14日
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	コロッケ盛り合わせ 670kcal	鶏肉のチリソース炒め 631kcal	たらのポテトチーズ焼き 618kcal
16日	17日	18日	19日	20日	21日
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	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
23日	24日	25日	26日	27日	28日
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	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
30日	31日				
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 12月2日	火 12月3日	水 12月4日	木 12月5日	金 12月6日	土 12月7日
A ランチ	赤魚の揚げだし 鶏そばろ蓮根 683kcal 蛋27.3g 脂16.2g 塩2.1g	さばの生姜煮 さつま芋サラダ 705kcal 蛋28.9g 脂20.8g 塩1.9g	白身魚フライ カレー ゴーヤチャンプル 763kcal 蛋23.4g 脂24.9g 塩2.5g	白身魚の 磯辺揚げ もやしとにらの炒め物 693kcal 蛋28.3g 脂21.1g 塩2.3g	天津飯 チンゲン菜の炒め煮 676kcal 蛋16.5g 脂18.7g 塩2.7g	たらの 明太ソースがけ 白菜の中華煮 650kcal 蛋28.6g 脂20.3g 塩2.4g
B ランチ	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 726kcal 蛋25.9g 脂24.3g 塩2.2g	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	ハンバーグの 照り焼きソース ふきの土佐煮 640kcal 蛋20.6g 脂19.3g 塩2.4g	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 755kcal 蛋26.8g 脂30.1g 塩2.4g
C ランチ	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	骨 肉団子と野菜の 豆乳煮 洋風炒め 630kcal 蛋22.7g 脂15.0g 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	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 773kcal 蛋28.3g 脂28.1g 塩2.4g	抗酸化 ポークステーキ 赤ワインデミソース インゲンとベーコンの炒め物 684kcal 蛋25.5g 脂27.0g 塩2.0g
麺 ランチ	山菜おろしそば ちくわの2色天ぷら 666kcal 蛋22.4g 脂12.1g 塩3.8g	温玉キムチ きしめん がんもの煮物 689kcal 蛋25.3g 脂21.9g 塩4.0g	味噌煮込み うどん 茄子のオイスターソース炒め 693kcal 蛋24.8g 脂20.2g 塩2.8g	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 771kcal 蛋24.4g 脂18.9g 塩4.3g	いか天うどん 野菜つみれの煮物 612kcal 蛋20.3g 脂11.2g 塩4.7g
共通 小鉢	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 マンゴーヨーグルト 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	キャベツ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 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 12月9日	火 12月10日	水 12月11日	木 12月12日	金 12月13日	土 12月14日
A ランチ	赤魚の 柚子胡椒煮 信田の煮物 613kcal 蛋28.4g 脂14.9g 塩2.4g	カジキカツレツ ミラノ風 ビーフソテー 732kcal 蛋30.9g 脂20.7g 塩2.4g	白身魚の 照り焼き ツナソテー 612kcal 蛋29.1g 脂13.3g 塩2.4g	イカの甘酢 あんからめ 切干大根の炒め物 702kcal 蛋19.7g 脂19.8g 塩1.8g	グリル野菜 カレー さつま芋のレモン煮 672kcal 蛋11.4g 脂10.7g 塩2.4g	さばのおろし煮 竹輪とキムチの炒め物 626kcal 蛋29.3g 脂17.9g 塩2.2g
B ランチ	タンドリー ポーク 金平大根 722kcal 蛋23.9g 脂28.8g 塩2.3g	【護衛艦いずも】 ビーフカレー なすのトマト煮 713kcal 蛋17.8g 脂25.5g 塩2.1g	煮込み ハンバーグ じゃが芋の白煮 646kcal 蛋22.8g 脂14.4g 塩2.5g	きのこたっぷり ポークジンジャー がんもの煮物 732kcal 蛋29.2g 脂27.1g 塩2.4g	牛丼 ごぼうの味噌煮 728kcal 蛋19.3g 脂25.7g 塩2.0g	揚げ豆腐の 肉味噌がけ 小松菜と干し海老の炒め煮 747kcal 蛋29.7g 脂26.6g 塩2.1g
C ランチ	貧血 いわしフライ 金平大根 769kcal 蛋24.5g 脂25.4g 塩2.5g		脳活性 揚げ鶏のフルッシュ マトリソース じゃが芋の白煮 752kcal 蛋26.0g 脂24.5g 塩2.3g	免疫力 さわらの昆布茶 風味焼き がんもの煮物 648kcal 蛋29.0g 脂21.0g 塩2.3g	抗酸化 ハマチの ごま焼き ごぼうの味噌煮 689kcal 蛋27.9g 脂21.5g 塩1.9g	整腸 豚肉の 塩麴グリル 小松菜と干し海老の炒め煮 658kcal 蛋25.4g 脂22.2g 塩2.1g
麺 ランチ	鶏南蛮そば 南瓜サラダ 722kcal 蛋24.9g 脂14.9g 塩3.3g		クリーミー坦々 うどん 若竹煮 692kcal 蛋25.3g 脂20.8g 塩3.7g	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 723kcal 蛋24.5g 脂15.3g 塩3.9g	鶏塩うどん 厚揚げの味噌炒め 634kcal 蛋26.8g 脂17.4g 塩4.2g
共通 小鉢	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 フルーツヨーグルト ごはん 味噌汁	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 プリン 春雨中華スープ	とろろ あんみつ 麦ごはん 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 12月16日	火 12月17日	水 12月18日	木 12月19日	金 12月20日	土 12月21日
A ランチ	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	とろっと 卵カレー 高野豆腐の煮物 623kcal 蛋15.4g 脂15.5g 塩2.4g	アボカドの けんちん焼き れんこんの煮物 660kcal 蛋24.8g 脂19.6g 塩2.3g	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	穴子ちらし寿司 筍とこんにゃくの煮物 651kcal 蛋22.0g 脂9.4g 塩2.5g	赤魚の 麴味噌漬け 南瓜サラダ 636kcal 蛋26.8g 脂16.5g 塩1.7g
B ランチ	豚の角煮 里芋のバター醤油炒め 774kcal 蛋34.7g 脂30.6g 塩2.2g	スパニッシュ オムレツ ほうれん草のカレーソテー 784kcal 蛋31.4g 脂32.0g 塩2.2g	ミルフィーユ チーズカツ ふきの土佐煮 647kcal 蛋21.3g 脂16.7g 塩2.1g	鶏肉と野菜の 中華煮 ブロッコリーのガーリックソテー 638kcal 蛋26.2g 脂18.9g 塩2.3g	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 南瓜サラダ 774kcal 蛋22.4g 脂34.7g 塩2.0g
C ランチ	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	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	貧血 豚肉と野菜の 胡麻味噌炒め煮 ふきの土佐煮 690kcal 蛋19.1g 脂24.7g 塩2.0g	抗酸化 鮭の 香草パン粉焼き ブロッコリーのガーリックソテー 643kcal 蛋32.8g 脂15.1g 塩2.4g	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 南瓜サラダ 792kcal 蛋31.2g 脂31.7g 塩2.1g
麺 ランチ	塩ワンタン麺 麻婆茄子 677kcal 蛋23.5g 脂15.4g 塩4.2g	トマトクリームス パゲッティ 蒸し鶏のサラダ 786kcal 蛋31.0g 脂17.4g 塩2.8g	かき揚げ 茶そば キャベツの塩昆布炒め 796kcal 蛋19.4g 脂26.9g 塩3.6g	きつねきしめん 蓮根の挟み揚げ 622kcal 蛋17.0g 脂15.3g 塩4.4g	ごま豆乳うどん 筍とこんにゃくの煮物 698kcal 蛋22.5g 脂26.1g 塩3.9g	竹輪天そば 南瓜サラダ 714kcal 蛋23.3g 脂17.5g 塩3.7g
共通 小鉢	ツナサラダ ブルーベリーヨーグルト ごはん 味噌汁	きのこのマリネ バニラババロア ごはん 味噌汁	香味和え いちごみるくプリン ごはん 清まし汁	菜花のお浸し レモンゼリー ゆかりご飯 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

【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 12月23日	火 12月24日	 水 12月25日	木 12月26日	金 12月27日	土 12月28日
A ランチ	さばの味噌煮 チンゲン菜と木耳の玉子炒め 703kcal 蛋28.0g 脂23.8g 塩2.4g	メバルの唐揚げ 野菜あんかけ 煮奴 677kcal 蛋30.3g 脂16.9g 塩2.2g	白身魚のフライ パセリバターソース アボカドスクランブルエッグ 797kcal 蛋35.3g 脂31.5g 塩2.2g	あじのトマト煮 ごぼうとベーコンのピリ辛炒め 693kcal 蛋31.9g 脂16.3g 塩2.4g	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	エビフライ カレー ポパイ炒め 667kcal 蛋15.7g 脂19.3g 塩2.6g
B ランチ	揚げ豚の 香りソースかけ さといもの煮物 798kcal 蛋25.1g 脂30.1g 塩2.4g	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	ベーコンラップ ハンバーグ アボカドスクランブルエッグ 788kcal 蛋32.4g 脂31.3g 塩3.0g	よだれ鶏 冬瓜とイカの煮物 616kcal 蛋30.0g 脂12.2g 塩2.4g	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 764kcal 蛋31.8g 脂18.8g 塩2.0g
C ランチ	整腸 チキンのチーズ焼き デミソース さといもの煮物 729kcal 蛋27.4g 脂24.2g 塩2.4g	貧血 豚しゃぶの おろしぽん酢かけ ブロッコリーと小海老の炒め物 785kcal 蛋29.0g 脂34.8g 塩2.5g	Merry Christmas!	貧血 ハマチのにんにく 醤油焼き 冬瓜とイカの煮物 714kcal 蛋28.8g 脂22.4g 塩2.3g	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	脳活性 さわらの 菜種焼き 五目豆 742kcal 蛋35.4g 脂21.7g 塩1.9g
麺 ランチ	肉玉あんかけ うどん 巾着の煮物 768kcal 蛋24.1g 脂26.0g 塩3.9g	とろろきしめん 白身魚フライ 625kcal 蛋21.2g 脂10.1g 塩4.1g		にしんそば 大根と半平の煮物 750kcal 蛋28.3g 脂11.8g 塩4.5g	カレーきしめん 温泉卵 639kcal 蛋19.7g 脂14.6g 塩4.5g	五目あんかけ焼 きそば つみれの煮物 722kcal 蛋25.7g 脂22.4g 塩4.2g
共通 小鉢	ひじきサラダ わらびもち わかめご飯 清まし汁	ほうれん草のお浸し 抹茶プリン ごはん 味噌汁	ツナポテトサラダ ごはん 中華風クリームスープ	もやしの酢の物 マンゴープリン ごはん 味噌汁	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 ごはん キャベツと桜えびの塩麴スープ

【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。



Weekly Menu

西山病院未来型ディケア

	月 12月30日	火 12月31日	水	木	金	土
A ランチ	アブラガレイの みぞれ煮 ほうれん草のガーリック炒め 682kcal 蛋27.2g 脂23.0g 塩2.3g					
B ランチ	チキンの コーンマヨ焼き 里芋の煮っころがし 735kcal 蛋26.4g 脂29.0g 塩2.3g					
C ランチ	貧血 豚肉と厚揚げの オイスター炒め 里芋の煮っころがし 686kcal 蛋28.1g 脂20.3g 塩2.4g					
麺 ランチ	 年越しそば がんもの煮物 647kcal 蛋19.8g 脂16.1g 塩4.0g					
共通 小鉢	いんげんのごま和え おぜんざい 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。