

2025年1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
					ハンバーグ 681kcal
6日	7日	8日	9日	10日	11日
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	すき焼き煮 614kcal	さばの塩焼き 588kcal	白身魚の幽庵焼き 572kcal
13日	14日	15日	16日	17日	18日
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	あじの照り煮 565kcal	豚肉のわさび醤油焼き 609kcal	牛肉とアスパラの甘辛炒め 643kcal
20日	21日	22日	23日	24日	25日
さばのタルタル焼き 738kcal	鶏肉のスタミナ焼き 687kcal	赤魚のきのこあん 503kcal	白身魚の照焼き 587kcal	さわらの香味ソースかけ 620kcal	回鍋肉 699kcal
27日	28日	29日	30日	31日	
ポークチャップ 642kcal	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	

■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30日	火 12月31日	水 1月1日	木 1月2日	金 1月3日	土 1月4日
A ランチ	アブラガレの 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					赤魚の 甘酢あんかけ 栗きんとん 722kcal 蛋26.4g 脂9.7g 塩2.1g
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					豚ヒレカツ 栗きんとん 774kcal 蛋22.5g 脂17.1g 塩2.2g
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					免疫力 升ンテ-和風 豆乳きのこソース 栗きんとん 794kcal 蛋34.6g 脂15.2g 塩2.1g
麺 ランチ	年越しそば 特別 麦通 がんもの煮物 647kcal 蛋19.8g 脂16.1g 塩4.0g					肉おろしうどん 栗きんとん 732kcal 蛋18.9g 脂19.3g 塩3.9g
共通 小鉢	いんげんのごま和え おぜんざい ごはん 味噌汁					紅白なます プリン 味噌汁 お赤飯

【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 1月6日	火 1月7日	水 1月8日	木 1月9日	金 1月10日	土 1月11日
A ランチ	ホタテ フライカレー なすの煮浸し 667kcal 蛋13.5g 脂18.9g 塩2.3g	メバルの 煮付け 南瓜のチーズ焼き 721kcal 蛋32.8g 脂17.1g 塩2.1g	海老フライ ひじきの煮付 654kcal 蛋16.7g 脂21.5g 塩2.2g	白身魚の 香草パン粉焼き さつま芋とりんごの甘煮 659kcal 蛋26.2g 脂11.5g 塩2.3g	神楽坂之蘭監修 汁なし担々めん 厚揚げのオイスター炒め 727kcal 蛋26.5g 脂18.8g 塩4.1g	あじの 南蛮漬け ツナじゃが 703kcal 蛋30.1g 脂14.9g 塩2.2g
B ランチ	鶏肉の さっぱりマリネ 蓮根のおかか煮 744kcal 蛋31.0g 脂21.7g 塩2.0g	豚肉の 塩ダレ炒め ミモザサラダ 791kcal 蛋22.9g 脂29.8g 塩1.8g	チキンステーキ マカロニサラダ 695kcal 蛋23.4g 脂23.9g 塩2.2g	豚肉と野菜のポ トフ キャベツのﾊﾟｰﾊﾟｰﾛﾝﾁｰﾉ風炒め 672kcal 蛋26.6g 脂20.8g 塩2.2g	佐野らーめん会監 修佐野らーめん 厚揚げのオイスター炒め 714kcal 蛋27.2g 脂14.8g 塩4.2g	とろける クリームコロッケ にんじんしりしり 711kcal 蛋18.2g 脂23.4g 塩2.1g
C ランチ	抗酸化 鮭の 生姜風味焼き 蓮根のおかか煮 624kcal 蛋28.2g 脂12.3g 塩2.2g	貧血 カジキマグロの ステーキカツ ミモザサラダ 780kcal 蛋26.5g 脂20.0g 塩2.1g	脳活性 根菜とさばの黒 酢あん マカロニサラダ 797kcal 蛋27.4g 脂26.7g 塩2.1g	抗酸化 チキンの トマト煮 キャベツのﾊﾟｰﾊﾟｰﾛﾝﾁｰﾉ風炒め 684kcal 蛋28.3g 脂20.6g 塩2.2g		整腸 鶏肉の 塩麹焼き にんじんしりしり 684kcal 蛋27.8g 脂22.8g 塩2.3g
麺 ランチ	山菜そば 里芋のそぼろあんかけ 635kcal 蛋23.5g 脂9.5g 塩4.0g	京風きしめん 厚揚げと白菜の煮浸し 742kcal 蛋30.6g 脂19.3g 塩3.9g	きつねうどん ちくわの磯辺揚げ 601kcal 蛋16.6g 脂12.8g 塩4.3g	味噌ラーメン 豚キムチ炒め 690kcal 蛋24.6g 脂17.0g 塩3.8g	かき揚げそば 厚揚げのオイスター炒め 814kcal 蛋20.1g 脂26.9g 塩3.0g	とろろうどん ふろふき大根 526kcal 蛋15.5g 脂3.2g 塩4.2g
共通 小鉢	キャベツの柚子風味和え フルーツヨーグルト ごはん かき玉汁	はりはり漬け わらびもち 十五穀米 味噌汁	白菜のごま和え ストロベリーゼリー ごはん コンソメスープ	小松菜のピーナツ和え チョコレートババロア ごはん 味噌汁	春雨の酢の物 フルーツポンチ ごはん	塩昆布和え 抹茶プリン 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 1月13日	火 1月14日	水 1月15日	木 1月16日	金 1月17日	土 1月18日
A ランチ	かに あんかけ炒飯 焼ぎょうざ 669kcal 蛋20.6g 脂17.7g 塩2.4g	アブラガレイの 味噌焼き 五目豆 687kcal 蛋28.3g 脂25.4g 塩2.3g	ぷりぷり エビカツカレー なすのごま炒め 614kcal 蛋16.3g 脂14.5g 塩2.4g	赤魚の利休焼き 揚げ茄子のみぞれ煮 665kcal 蛋26.3g 脂22.1g 塩2.3g	エビチリ 青菜の卵とじ 689kcal 蛋18.9g 脂21.5g 塩2.4g	白身魚のムニエルカ レーソースかけ 厚揚げの煮物 700kcal 蛋27.5g 脂21.9g 塩2.2g
B ランチ	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 686kcal 蛋30.7g 脂20.0g 塩2.2g	酢豚 ぜんまいの炒り煮 778kcal 蛋27.6g 脂32.1g 塩1.9g	肉団子の トマト煮込み 金平れんこん 653kcal 蛋19.9g 脂15.2g 塩2.4g	炒り鶏 ホタテ風味フライ 755kcal 蛋26.8g 脂27.2g 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
C ランチ	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 800kcal 蛋30.2g 脂37.9g 塩2.3g	脳活性 あじの 粒マスタード焼き ぜんまいの炒り煮 687kcal 蛋29.9g 脂24.5g 塩2.0g	免疫力 鶏天 金平れんこん 704kcal 蛋30.7g 脂18.0g 塩2.3g	抗酸化 鮭の チャンチャン焼き ホタテ風味フライ 678kcal 蛋31.1g 脂19.3g 塩2.3g	脳活性 ぶり大根 キムチともやしのチーズ炒め 624kcal 蛋28.8g 脂19.8g 塩2.3g
麺 ランチ	きしめん 蓮根の挟み揚げ 618kcal 蛋15.5g 脂15.2g 塩3.9g	焼きうどん 里芋の味噌煮 668kcal 蛋20.2g 脂22.2g 塩3.3g	肉そば 卵豆腐のあんかけ 723kcal 蛋29.8g 脂19.9g 塩4.1g	野菜 あんかけうどん 豆腐田楽 636kcal 蛋20.3g 脂16.9g 塩3.7g	海鮮 塩焼きそば 水餃子 688kcal 蛋27.3g 脂13.3g 塩3.9g	鶏ごぼううどん 野菜かき揚げ 730kcal 蛋17.5g 脂27.2g 塩3.5g
共通 小鉢	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 あんみつ ごはん 清まし汁	ほうれん草のお浸し ベリーヨーグルト ごはん 豚汁	もずくの酢の物 ココアプリン ゆかりご飯 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	小松菜のお浸し オレンジフルーチェ 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 1月20日	火 1月21日	水 1月22日	木 1月23日	金 1月24日	土 1月25日
A ランチ	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	油淋魚 冬瓜の旨煮 702kcal 蛋25.8g 脂21.4g 塩2.1g	パリパリチキンカレー トマトの卵炒め 780kcal 蛋28.0g 脂28.0g 塩2.4g	ぶりのゆず味噌焼き 厚揚げの煮付け 708kcal 蛋31.7g 脂24.6g 塩2.2g	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	海老かつ 長芋の白煮 718kcal 蛋22.8g 脂22.0g 塩2.4g
B ランチ	ミートローフ ひじきの炒め煮 774kcal 蛋29.3g 脂26.4g 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 787kcal 蛋27.9g 脂31.7g 塩1.9g	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	鶏肉のねぎ塩焼き こんにゃくのピリ辛煮 709kcal 蛋27.5g 脂27.0g 塩2.5g
C ランチ	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	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	免疫力 チキンピカタ 小松菜の塩炒め 740kcal 蛋34.3g 脂22.1g 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	整腸 白身魚のアーモンドフライ こんにゃくのピリ辛煮 727kcal 蛋29.3g 脂22.9g 塩2.1g
麺 ランチ	なめこそば 信田の煮物 654kcal 蛋23.1g 脂11.8g 塩3.2g	五目塩ラーメン 照焼きつくね 747kcal 蛋31.0g 脂21.8g 塩4.1g	穴子天きしめん 高野豆腐の煮物 714kcal 蛋25.5g 脂18.2g 塩4.1g	ぶっかけうどん がんもの煮物 611kcal 蛋17.0g 脂11.4g 塩3.9g	温玉月見そば いかの天ぷら 658kcal 蛋26.1g 脂14.8g 塩3.8g	ミートスパゲッティ アスパラのソテー 761kcal 蛋25.9g 脂20.1g 塩3.1g
共通 小鉢	キャベツの辛子和え バニラババロア ごはん 味噌汁	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	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	ほうれん草と豆の和え物 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 1月27日	火 1月28日	水 1月29日	木 1月30日	金 1月31日	土
A ランチ	さばの 生姜煮 肉詰いなりの煮物 678kcal 蛋29.9g 脂22.3g 塩2.4g	赤魚の 野菜あんかけ ごぼうの炒め煮 685kcal 蛋31.2g 脂13.1g 塩2.2g	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	なす チーズカレー さつま芋サラダ 663kcal 蛋13.3g 脂16.2g 塩2.3g		
B ランチ	三色そばろ丼 五目ひじき 627kcal 蛋28.0g 脂18.0g 塩2.4g	豚肉のくわ焼き ちくわのピリ辛炒め 786kcal 蛋30.0g 脂24.5g 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	黒酢酢豚 洋風炒め 715kcal 蛋25.3g 脂23.9g 塩2.3g		
C ランチ	骨 豚肉と厚揚げの 味噌炒め 五目ひじき 770kcal 蛋27.4g 脂34.5g 塩2.3g	脳活性 あじのフライ タルタルソース ちくわのピリ辛炒め 771kcal 蛋27.7g 脂25.0g 塩2.5g	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	貧血 鮭の にーマスタード 焼き 洋風炒め 670kcal 蛋29.6g 脂22.1g 塩2.2g		
麺 ランチ	チャンポン麺 えび焼売 681kcal 蛋26.0g 脂15.6g 塩4.2g	卵とじきしめん 大根と牛すじの味噌煮 619kcal 蛋25.5g 脂9.0g 塩4.2g	カレーうどん 温泉卵 761kcal 蛋23.8g 脂26.8g 塩4.1g	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		
共通 小鉢	大根サラダ はちみつ黒酢ゼリー ごはん 味噌汁	長芋とオクラのわさび和え 苺ミルクプリン 菜飯 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	白菜のおかか和え マンゴーヨーグルト 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。