

2025年3月



Monthly Menu

西山病院未来型デイケア

月	火	水	木	金	土
					1日
					メバルのソテー トマトソース 593kcal
3日	4日	5日	6日	7日	8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
10日	11日	12日	13日	14日	15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	牛肉の卵とじ 662kcal	シーフードフライ 613kcal
17日	18日	19日	20日	21日	22日
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	さばのタルタル焼き 738kcal	赤魚のきのこあん 604kcal	鶏肉のスタミナ焼き 586kcal
24日	25日	26日	27日	28日	29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
31日					
ぶりの柚子こしょう焼き 634kcal					

■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 2月24日	火 2月25日	水 2月26日	木 2月27日	金 2月28日	土 3月1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 693kcal 蛋32.7g 脂16.3g 塩2.3g	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 650kcal 蛋15.4g 脂19.3g 塩2.7g	アボカドの みぞれ煮 ほうれん草のが-リック炒め 697kcal 蛋28.0g 脂24.7g 塩2.5g	イベント 握り寿司	赤魚の揚げだし こんにゃくのピリ辛炒め煮 655kcal 蛋24.7g 脂16.0g 塩2.2g
B ランチ	よだれ鶏 ホクホク南瓜の煮物 649kcal 蛋29.2g 脂12.2g 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 747kcal 蛋31.5g 脂18.8g 塩2.0g	鶏肉と野菜の 中華煮 里芋の煮っころがし 635kcal 蛋26.8g 脂15.5g 塩2.3g		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	骨 豚肉と厚揚げの オイスター炒め ホクホク南瓜の煮物 747kcal 蛋28.0g 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	貧血 ハマチの にんにく醤油焼き 五目豆 735kcal 蛋33.5g 脂23.6g 塩1.8g	脳活性 魚の菜種焼き 里芋の煮っころがし 700kcal 蛋28.8g 脂22.0g 塩2.4g		貧血 カジキマグロの ステーキカツ インゲンのツナソテー 762kcal 蛋26.8g 脂25.8g 塩2.3g
麺 ランチ	えび天うどん がんもの煮物 661kcal 蛋21.0g 脂16.9g 塩4.5g	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	とろろきしめん 白身魚フライ 632kcal 蛋20.3g 脂11.9g 塩4.0g	にしんそば 大根と半平の煮物 742kcal 蛋28.5g 脂12.5g 塩4.8g		ぶっかけうどん ホタテ風味フライ 637kcal 蛋16.4g 脂14.3g 塩4.1g
共通 小鉢	もやしの酢の物 マンゴーヨーグルト 十五穀米 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 ごはん キャベツと桜えびの塩麴スープ	いんげんのごま和え 苺ミルクプリン ごはん 味噌汁		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 3月3日	火 3月4日	水 3月5日	木 3月6日	金 3月7日	土 3月8日
A ランチ	白身魚の カレームニエル なすの煮浸し 612kcal 蛋21.8g 脂19.6g 塩2.2g	赤魚の 甘酢あんかけ 冬瓜と海老の煮物 658kcal 蛋29.3g 脂12.5g 塩2.1g	キス天井 切昆布の煮物 700kcal 蛋26.3g 脂17.4g 塩2.4g	ぷりぷり エビカツカレー にらもやし炒め 661kcal 蛋18.0g 脂16.5g 塩2.3g	メバルの煮付け 南瓜のチーズ焼き 657kcal 蛋32.0g 脂16.2g 塩2.3g	海老フライ ひじきの煮付 650kcal 蛋16.7g 脂21.5g 塩2.3g
B ランチ	豚ヒレカツ ごぼうの胡麻煮 651kcal 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風味炒め 776kcal 蛋27.9g 脂27.7g 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 765kcal 蛋32.0g 脂22.9g 塩2.0g	豚肉の 塩ダレ炒め ミモザサラダ 726kcal 蛋22.0g 脂28.9g 塩1.8g	チキンステーキ マカロニサラダ 691kcal 蛋23.4g 脂23.9g 塩2.2g
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	抗酸化 チキンのトマト煮 ブロッコリーのパプリカ風味炒め 730kcal 蛋28.9g 脂23.5g 塩2.3g	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 593kcal 蛋30.0g 脂12.6g 塩2.4g	脳活性 サバのソテー うたけソース 蓮根のおかか煮 726kcal 蛋30.0g 脂24.0g 塩2.1g	骨 塩麹豆腐 ハンバーグ ミモザサラダ 704kcal 蛋27.6g 脂20.6g 塩2.1g	脳活性 根菜とさばの 黒酢あん マカロニサラダ 783kcal 蛋27.0g 脂26.7g 塩2.1g
麺 ランチ	あおさ香る醤油 ラーメン 肉団子の甘酢だれ 636kcal 蛋23.6g 脂11.1g 塩4.4g	梅とろろ 昆布そば 信田の煮物 690kcal 蛋23.7g 脂15.4g 塩3.9g	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 656kcal 蛋24.5g 脂10.7g 塩4.1g	京風きしめん 厚揚げと白菜の煮浸し 692kcal 蛋30.1g 脂18.6g 塩4.0g	きつねうどん ちくわの磯辺揚げ 601kcal 蛋16.6g 脂12.8g 塩4.4g
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 菜飯 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 苺ミルクプリン ごはん かき玉汁	はりはり漬け あんみつ 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 コンソメスープ

【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 3月10日	火 3月11日	水 3月12日	木 3月13日	金 3月14日	土 3月15日
A ランチ	メバルと春野菜 のイスタッシュ なすのごま炒め 713kcal 蛋26.5g 脂19.1g 塩2.3g	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 670kcal 蛋20.7g 脂17.8g 塩2.4g	アブリの 味噌焼き 五目豆 740kcal 蛋28.7g 脂25.9g 塩2.5g	白身魚の 香草パン粉焼き さつま芋とりんごの甘煮 689kcal 蛋28.0g 脂14.6g 塩2.4g
B ランチ	春色チキン南蛮 なすのごま炒め 827kcal 蛋30.0g 脂36.6g 塩2.5g	鶏肉の 柚子胡椒焼き 南瓜のいとし煮 733kcal 蛋26.6g 脂20.0g 塩2.2g	酢豚 にんじんしりしり 797kcal 蛋28.7g 脂29.8g 塩2.1g	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2.3g	さくさく メンチカツ ぜんまいの炒り煮 746kcal 蛋22.0g 脂26.0g 塩2.3g
C ランチ		骨 千種焼き 南瓜のいとし煮 739kcal 蛋28.3g 脂18.8g 塩2.3g	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 852kcal 蛋30.7g 脂38.4g 塩2.5g	脳活性 あじの粒 マスタード焼き ぜんまいの炒り煮 701kcal 蛋29.7g 脂24.3g 塩2.0g
麺 ランチ		とろろそば 厚揚げのオイスター炒め 673kcal 蛋20.8g 脂10.3g 塩3.1g	かき揚げうどん ふろふき大根 688kcal 蛋15.5g 脂19.9g 塩4.5g	きしめん 蓮根の挟み揚げ 620kcal 蛋15.5g 脂15.2g 塩4.1g	焼きうどん 里芋の味噌煮 702kcal 蛋20.1g 脂22.6g 塩3.4g	肉そば 卵豆腐のあんかけ 738kcal 蛋29.5g 脂19.7g 塩4.2g
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 味噌汁	春雨の酢の物 フルーツポンチ ごはん 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 わかめご飯 清まし汁	ほうれん草のお浸し バナナヨーグルト 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 3月17日	火 3月18日	水 3月19日	木 3月20日	金 3月21日	土 3月22日
A ランチ	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 694kcal 蛋19.1g 脂21.8g 塩2.5g	白身魚のムニエル カレーソースがけ 厚揚げの煮物 700kcal 蛋27.5g 脂21.9g 塩2.2g	揚げ魚のおろし ポン酢 南瓜のホクホク煮 684kcal 蛋25.9g 脂17.5g 塩2.1g	油淋魚 冬瓜の旨煮 702kcal 蛋25.8g 脂21.4g 塩2.1g	なす チーズカレー トマトの卵炒め 683kcal 蛋18.4g 脂20.3g 塩2.7g
B ランチ	肉団子の トマト煮込み 金平れんこん 654kcal 蛋19.9g 脂15.2g 塩2.5g	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	ミートローフ ひじきの炒め煮 760kcal 蛋28.7g 脂25.0g 塩2.4g	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	豚肉と野菜の ポトフ じゃが芋のカレー金平 746kcal 蛋28.2g 脂23.9g 塩2.2g
C ランチ	免疫力 鶏天 金平れんこん 705kcal 蛋30.8g 脂18.0g 塩2.5g	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	骨 豚肉と白菜の あっさり豆乳煮 ひじきの炒め煮 685kcal 蛋28.3g 脂23.9g 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	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 695kcal 蛋27.4g 脂13.8g 塩4.2g	五目塩ラーメン 照焼きつくね 740kcal 蛋30.1g 脂19.5g 塩4.5g	なめこそば 信田の煮物 640kcal 蛋22.5g 脂10.4g 塩3.2g	鶏ごぼううどん 野菜かき揚げ 757kcal 蛋18.9g 脂29.6g 塩3.6g	穴子天きしめん 高野豆腐の煮物 714kcal 蛋25.5g 脂18.2g 塩4.1g
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	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	キャベツの辛子和え フルーツヨーグルト 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

【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 3月24日	火 3月25日	水 3月26日	木 3月27日	金 3月28日	土 3月29日
A ランチ	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	 ちらし 寿司	メバルの おろし煮 里芋の胡麻味噌かけ 703kcal 蛋27.9g 脂18.4g 塩2.0g	鮭の野菜 蒸し焼き 肉詰いなりの煮物 643kcal 蛋31.7g 脂16.8g 塩2.5g	海老かつ ごぼうの炒め煮 754kcal 蛋24.8g 脂23.1g 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
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 713kcal 蛋21.8g 脂26.4g 塩2.0g	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29.8g 脂24.7g 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
C ランチ	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 721kcal 蛋33.8g 脂21.7g 塩1.9g	脳活性 あじのフライ タルタルソース 五目ひじき 726kcal 蛋24.8g 脂25.1g 塩2.5g	整腸 白身魚の アモントフライ ちくわのピリ辛炒め 764kcal 蛋33.3g 脂20.9g 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
麺 ランチ	ミート スパゲッティ がんもの煮物 786kcal 蛋27.3g 脂20.2g 塩3.2g		温玉月見そば いかの天ぷら 638kcal 蛋25.9g 脂14.9g 塩3.6g	チャンポン麺 えび焼売 693kcal 蛋26.1g 脂16.6g 塩4.6g	卵とじきしめん 大根と牛すじの味噌煮 621kcal 蛋25.5g 脂9.3g 塩4.2g	山菜おろしそば ちくわの2色天ぷら 683kcal 蛋21.7g 脂12.3g 塩4.1g
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 十五穀米 ふわふわ玉子スープ	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 バニラババロア 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。



Weekly Menu

西山病院未来型ディケア

	月 3月31日	火	水	木	金	土
A ランチ	赤魚の 野菜あんかけ 長芋の白煮 650kcal 蛋29.0g 脂12.2g 塩2.3g					
B ランチ	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 豚肉と厚揚げの 味噌炒め こんにゃくのピリ辛煮 795kcal 蛋26.6g 脂37.9g 塩2.5g					
麺 ランチ	味噌ラーメン 豚キムチ炒め 707kcal 蛋25.3g 脂20.2g 塩3.9g					
共通 小鉢	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。