

2026年7月



Monthly Menu

西山病院未来型デイケア

月	火	水	木	金	土
		1日	2日	3日	4日
		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
6日	7日	8日	9日	10日	11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
13日	14日	15日	16日	17日	18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
20日	21日	22日	23日	24日	25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	さわらの塩麹焼き 589kcal	豚肉のバーベキューソース 619kcal	白身魚の香草パン粉焼き 514kcal
27日	28日	29日	30日	31日	
松風焼き 603kcal	白身魚のピカタ オーロラソース 717kcal	さばの味噌焼き 602kcal	コロツケ盛り合わせ 670kcal	鶏肉のチリソース炒め 631kcal	

■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

西山病院未来型デイケア

	月	火	水 7月1日	木 7月2日	金 7月3日	土 7月4日
A ランチ			ぶりの ゆず味噌焼き 厚揚げの煮付け 739kcal 蛋33.9g 脂28.3g 塩2.2g	かに あんかけ炒飯 焼きようざ 657kcal 蛋20.0g 脂16.9g 塩2.3g	さわらの梅煮 五目豆 691kcal 蛋32.2g 脂17.6g 塩2.0g	アブラガレイの 味噌焼き なすのごま炒め 692kcal  蛋24.6g 脂23.8g 塩2.3g
B ランチ			さくさく メンチカツ にんじんしりしり 783kcal  蛋23.5g 脂28.4g 塩2.3g	豚肉のプルコギ えびチリ豆腐 710kcal  蛋20.7g 脂28.4g 塩2.1g	酢豚 じゃがいもの白煮 718kcal 蛋27.9g 脂23.5g 塩2.0g	きのこたっぷり ハンバーグ ぜんまいの炒り煮 657kcal 蛋24.1g 脂16.8g 塩2.3g
C ランチ			整腸 鶏肉の塩麹焼き にんじんしりしり 735kcal 蛋29.5g 脂26.3g 塩2.3g	脳活性 さばの竜田揚げ えびチリ豆腐 724kcal 蛋28.6g 脂27.7g 塩2.0g	貧血 麻婆豆腐 じゃがいもの白煮 703kcal  蛋29.0g 脂24.0g 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 676kcal 蛋29.0g 脂20.7g 塩2.0g
麺 ランチ			きつねきしめん 蓮根の挟み揚げ 634kcal 蛋16.7g 脂16.2g 塩4.2g	海鮮塩焼きそば 水餃子 694kcal 蛋25.8g 脂14.5g 塩4.2g	焼きうどん 里芋の味噌煮 651kcal 蛋19.2g 脂22.5g 塩3.3g	肉そば 卵豆腐のあんかけ 687kcal 蛋28.4g 脂19.5g 塩4.2g
共通 小鉢			塩昆布和え 抹茶プリン ごはん 豚汁	白菜の中華和え コーヒーゼリー 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 フルーツヨーグルト 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

西山病院未来型デイケア



	月 7月6日	火 7月7日	水 7月8日	木 7月9日	金 7月10日	土 7月11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 689kcal 蛋18.9g 脂21.5g 塩2.3g	白身魚の ムニエルソースかけ 厚揚げの煮物 720kcal 蛋28.2g 脂22.9g 塩2.1g	揚げ魚の おろしポン酢 ツナソテー 679kcal 蛋28.0g 脂23.1g 塩2.3g	魚と野菜の 黒酢あん 青菜とエビのオイスターソース炒め 742kcal 蛋27.0g 脂19.2g 塩2.3g	天津飯 チンゲン菜の炒め煮 655kcal 蛋16.0g 脂18.5g 塩2.4g
B ランチ	肉団子の トマト煮込み 金平れんこん 651kcal 蛋19.7g 脂15.1g 塩2.3g	炒り鶏 ホタテ風味フライ 755kcal 蛋26.8g 脂27.2g 塩2.3g	ヤンニョム チキン キムチともやしのチーズ炒め 762kcal 蛋28.1g 脂29.7g 塩2.2g	鶏肉の梅焼き ひじきの炒め煮 602kcal 蛋24.4g 脂19.5g 塩2.3g	旨だれ牛焼肉丼 青菜とエビのオイスターソース炒め 616kcal 蛋22.0g 脂30.6g 塩2.4g	鶏肉の治部煮 ブロッコリーのカレーソテー 750kcal 蛋30.0g 脂20.3g 塩2.3g
C ランチ	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 644kcal 蛋29.5g 脂20.8g 塩2.2g	骨 豚肉と白菜の あっさり豆乳煮 ひじきの炒め煮 672kcal 蛋28.5g 脂24.2g 塩2.3g		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 755kcal 蛋27.9g 脂28.0g 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	冷 セタそうめん きすの天ぷら 667kcal 蛋25.6g 脂11.4g 塩4.0g	鶏ごぼううどん 野菜かき揚げ 663kcal 蛋17.3g 脂24.1g 塩3.4g	冷 なめこそば 信田の煮物 627kcal 蛋22.7g 脂10.7g 塩3.2g	スパイス香る カレーまぜそば 高野豆腐の煮物 735kcal 蛋34.8g 脂25.5g 塩4.2g	豚骨しょうゆ ラーメン 春巻き 734kcal 蛋23.1g 脂20.4g 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	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 バニラババロア ごはん 味噌汁	キャベツの辛子和え ベリーヨーグルト 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	春雨サラダ フルーツポンチ 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

西山病院未来型デイケア

	月 7月13日	火 7月14日	水 7月15日	木 7月16日	金 7月17日	土 7月18日
A ランチ	白身魚の 南蛮漬け ツナじゃが 667kcal 蛋25.9g 脂12.1g 塩2.1g	赤魚の 柚子胡椒煮 切干大根の炒め物 675kcal 蛋29.0g 脂21.9g 塩2.3g	メバルの おろし煮 里芋の胡麻味噌かけ 689kcal 蛋27.3g 脂18.0g 塩2.0g	白身魚の 野菜蒸し焼き 肉詰いなりの煮物 620kcal 蛋27.9g 脂13.7g 塩2.3g	赤魚の 野菜あんかけ ごぼうの炒め煮 661kcal 蛋30.5g 脂12.9g 塩2.0g	白身魚の 照り焼き 炒り豆腐 573kcal 蛋25.6g 脂11.0g 塩2.3g
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	豚肉のくわ焼き こんにゃくのピリ辛煮 742kcal 蛋25.6g 脂26.7g 塩2.2g	牛焼肉炒め 蓮根のおかか煮 699kcal 蛋21.2g 脂26.0g 塩2.0g	三色そばろ丼 五目ひじき 646kcal 蛋28.0g 脂18.0g 塩2.4g	鶏肉の ねぎ塩焼き ちくわのピリ辛炒め 738kcal 蛋31.5g 脂24.7g 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	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	脳活性 揚げ鶏の フレッシュトマトソース こんにゃくのピリ辛煮 741kcal 蛋25.0g 脂31.1g 塩2.3g	骨 擬製豆腐 蓮根のおかか煮 707kcal 蛋33.2g 脂21.3g 塩1.9g	脳活性 あじのフライ タルタルソース 五目ひじき 732kcal 蛋24.6g 脂24.1g 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 721kcal 蛋32.6g 脂20.6g 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	ぶっかけうどん がんもの煮物 612kcal 蛋17.1g 脂11.4g 塩4.1g	ミート スパゲッティ アスパラのソテー 675kcal 蛋24.4g 脂19.9g 塩3.1g	冷 温玉月見そば いかの天ぷら 639kcal 蛋25.7g 脂14.7g 塩3.6g	チャンポン麺 えび焼売 659kcal 蛋25.1g 脂16.4g 塩4.3g	卵とじきしめん 大根と牛すじの味噌煮 612kcal 蛋25.6g 脂9.1g 塩4.2g	カレーうどん 温泉卵 762kcal 蛋23.8g 脂26.8g 塩4.2g
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	ほうれん草と豆の和え物 パインムース ごはん 味噌汁	白菜とみょうがのポン酢和え ブルーベリーヨーグルト ごはん ふわふわ玉子スープ	大根サラダ ストロベリーゼリー 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 麦ごはん 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

西山病院未来型デイケア

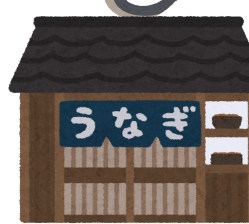
	月 7月20日	火 7月21日	水 7月22日	木 7月23日	金 7月24日	土 7月25日
A ランチ	赤魚の揚げだし 鶏そぼろ蓮根 686kcal 蛋28.2g 脂17.2g 塩2.3g	さばの生姜煮 さつま芋サラダ 686kcal 蛋28.3g 脂20.4g 塩1.9g	油淋魚 冬瓜の旨煮 724kcal 蛋27.5g 脂21.0g 塩2.3g	白身魚の磯辺揚げ もやしとにらの炒め物 694kcal 蛋26.8g 脂21.2g 塩2.3g	なすチーズカレー トマトの卵炒め 670kcal 蛋18.3g 脂19.1g 塩2.4g	カレーの西京焼き 白菜の中華煮 620kcal 蛋22.0g 脂17.3g 塩2.3g
B ランチ	チキンのピザ焼き 大根といかの煮物 672kcal 蛋30.5g 脂21.1g 塩2.3g	黒酢酢豚 洋風炒め 703kcal 蛋25.3g 脂23.9g 塩2.2g	チキンのガーリックゲリ ごぼうの甘辛煮 708kcal 蛋26.9g 脂18.9g 塩2.2g	ハンバーグの照り焼きソース ふきの土佐煮 639kcal 蛋19.1g 脂19.4g 塩2.3g	鶏肉のみぞれ煮 筍とじゃこの山椒炒め 786kcal 蛋28.4g 脂29.0g 塩1.8g	豚カツ インゲンとベーコンの炒め物 682kcal 蛋18.5g 脂20.9g 塩2.0g
C ランチ	骨 豚肉と厚揚げの味噌炒め 大根といかの煮物 683kcal 蛋27.5g 脂30.8g 塩2.2g	貧血 お肉のニレメンマスタード焼き 洋風炒め 662kcal 蛋28.4g 脂21.7g 塩2.3g	整腸 白身魚のきのこクリームソース ごぼうの甘辛煮 753kcal 蛋26.5g 脂21.9g 塩2.3g	整腸 鶏肉のヨーグル味噌焼き ふきの土佐煮 657kcal 蛋24.0g 脂23.6g 塩2.2g	脳活性 あじの蒲焼 筍とじゃこの山椒炒め 671kcal 蛋32.3g 脂13.4g 塩2.2g	抗酸化 ポークステーキ赤ワインデミース インゲンとベーコンの炒め物 692kcal 蛋26.1g 脂27.0g 塩2.1g
冷 麺 ランチ	山菜おろしそば ちくわの2色天ぷら 671kcal 蛋23.3g 脂13.1g 塩4.2g	温玉 キムチきしめん がんもの煮物 686kcal 蛋25.2g 脂21.7g 塩4.2g	冷やし中華 茄子のオスターソース炒め 693kcal 蛋24.8g 脂14.1g 塩3.8g	きつねそば じゃが芋のじゃこバター炒め 630kcal 蛋19.2g 脂11.2g 塩3.6g	五目塩ラーメン 照焼きつくね 736kcal 蛋31.4g 脂22.3g 塩4.2g	いか天うどん 野菜つみれの煮物 618kcal 蛋20.9g 脂11.2g 塩4.6g
共通 小鉢	ほうれん草と干えびのお浸し ぶどうフルーチェ ごはん かき玉汁	白菜のおかか和え ももヨーグルト ごはん 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 キャラメルプリン わかめご飯 けんちん汁	4種豆サラダ レモンゼリー ごはん くずし豆腐の清まし汁	オクラのなめ茸和え オレンジムース 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

西山病院未来型デイケア

	月 7月27日	火 7月28日	水 7月29日 	木 7月30日	金 7月31日	土
A ランチ	タラのたらこ マヨネーズ焼き 信田の煮物 694kcal 蛋30.5g 脂21.1g 塩2.3g	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2.3g	 う な ぎ の 蒲 焼 	海老かつ 長芋の白煮  690kcal 蛋20.3g 脂18.8g 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	
B ランチ	タンドリー チキン 金平大根  707kcal 蛋23.3g 脂27.4g 塩2.3g	牛丼 ビーフンソテー 703kcal 蛋18.2g 脂22.6g 塩2.3g		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	煮込み ハンバーグ ごぼうの味噌煮  606kcal 蛋19.1g 脂12.4g 塩2.3g	
C ランチ	貧血 いわしフライ 金平大根 770kcal 蛋24.0g 脂26.0g 塩2.4g	骨 肉団子と野菜の 豆乳煮 ビーフンソテー 697kcal 蛋20.9g 脂16.0g 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 667kcal 蛋27.0g 脂20.0g 塩1.9g	
麺 ランチ	鶏南蛮そば 南瓜サラダ 703kcal 蛋24.3g 脂13.5g 塩3.3g	かき揚げうどん ふろふき大根 704kcal 蛋14.8g 脂19.3g 塩4.2g		豚肉と椎茸の とろみそば 炒り豆腐 650kcal 蛋24.4g 脂20.8g 塩3.4g	まろやか 白味噌ラーメン 揚げ餃子 690kcal 蛋23.6g 脂14.0g 塩4.2g	
共通 小鉢	もずくの酢の物 ピーチゼリー 菜飯 清まし汁	小松菜のお浸し わらびもち ごはん 味噌汁		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	

【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。