



Weekly Menu

西山病院未来型ディケア

	月 10月2日	火 10月3日	水 10月4日	木 10月5日	金 10月6日	土 10月7日
A ランチ	揚げ魚のおろしポン酢 ひじきの炒め煮 666kcal 蛋25.8g 脂20.3g 塩2.4g	油淋魚 冬瓜の旨煮 694kcal 蛋24.5g 脂20.0g 塩2.1g	さわらの煮付け じゃが芋のカレー金平 662kcal 蛋31.8g 脂17.1g 塩2.3g	ぶりの ゆず味噌焼き さつまいもの豆乳煮 705kcal 蛋28.0g 脂20.5g 塩2.3g	海老かつ 長芋の白煮 720kcal 蛋22.9g 脂22.0g 塩2.5g	メバルのおろし煮 里芋の胡麻味噌かけ 701kcal 蛋27.6g 脂18.5g 塩2.0g
B ランチ	ミートローフ 南瓜のホクホク煮 780kcal 蛋28.8g 脂22.2g 塩2.4g	鶏肉の梅焼き 青菜とエビのオysterソース炒め 635kcal 蛋24.9g 脂19.6g 塩2.3g	豚肉の マスタード焼き トマトの卵炒め 806kcal 蛋30.8g 脂36.1g 塩2.0g	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	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	牛焼肉炒め 蓮根のおかか煮 711kcal 蛋21.5g 脂26.5g 塩2.0g
C ランチ	骨 豚肉と白菜の あっさり豆乳煮 南瓜のホクホク煮 701kcal 蛋28.4g 脂21.1g 塩2.0g	貧血 麻婆豆腐 青菜とエビのオysterソース炒め 679kcal 蛋28.2g 脂22.5g 塩2.3g	脳活性 あじの蒲焼 トマトの卵炒め 681kcal 蛋34.7g 脂18.1g 塩2.3g	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	貧血 カジキ鮪の グリル こんにゃくのピリ辛煮 679kcal 蛋29.9g 脂21.5g 塩2.3g	骨 擬製豆腐 蓮根のおかか煮 719kcal 蛋33.5g 脂21.8g 塩1.9g
麺 ランチ	なめこそば 信田の煮物 613kcal 蛋22.0g 脂10.3g 塩3.2g	五目塩ラーメン 照焼きつくね 760kcal 蛋30.2g 脂20.6g 塩4.7g	穴子天きしめん 高野豆腐の煮物 699kcal 蛋25.8g 脂18.0g 塩4.1g	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 761kcal 蛋25.9g 脂20.1g 塩3.1g	温玉月見そば いかの天ぷら 648kcal 蛋25.9g 脂15.2g 塩3.6g
共通 小鉢	キャベツの辛子和え フルーツヨーグルト 麦ごはん 味噌汁	カリフラワーサラダ フルーツ杏仁 ごはん 中華スープ	そら豆サラダ 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	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 さつまいもご飯 ふわふわ玉子スープ

【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 10月9日	火 10月10日	水 10月11日	木 10月12日	金 10月13日	土 10月14日
A ランチ	鮭のホイル焼き 肉詰いなりの煮物 643kcal 蛋31.7g 脂16.8g 塩2.5g	赤魚の 野菜あんかけ ごぼうの炒め煮 701kcal 蛋30.3g 脂16.6g 塩2.0g	タラのたらこ マヨネーズ焼き 炒り豆腐 678kcal 蛋28.8g 脂21.2g 塩2.3g	赤魚の揚げだし 鶏そぼろ蓮根 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	さわらの 香味蒸し 里芋の揚げ出し 746kcal 蛋30.6g 脂17.1g 塩2.4g
B ランチ	きのこたっぷり 親子丼 五目ひじき 694kcal 蛋28.8g 脂23.1g 塩2.5g	今月の フェアチキンの ハーブ蒸し ちくわのピリ辛炒め 755kcal 蛋41.1g 脂24.5g 塩2.3g	チキンカツ キャベツの煮浸し 676kcal 蛋29.0g 脂17.6g 塩2.3g	チキンの ピザ焼き 大根といかの煮物 669kcal 蛋29.6g 脂20.1g 塩2.2g	黒酢酢豚 洋風炒め 730kcal 蛋25.6g 脂24.2g 塩2.6g	チキンの ガーリックグリル ごぼうの甘辛煮 709kcal 蛋27.0g 脂18.9g 塩2.4g
C ランチ	脳活性 あじの フライタルソース 五目ひじき 726kcal 蛋24.8g 脂25.1g 塩2.6g	整腸 白身魚の アーモンドフライ ちくわのピリ辛炒め 781kcal 蛋32.7g 脂24.2g 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 713kcal 蛋26.5g 脂25.5g 塩2.3g	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	貧血 鮭の ハニーマスタード焼き 洋風炒め 682kcal 蛋29.7g 脂22.4g 塩2.2g	整腸 白身魚の 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
麺 ランチ	チャンポン麺 えび焼売 695kcal 蛋26.2g 脂16.7g 塩5.1g	さつまいも天き しめん 大根と牛すじの味噌煮 686kcal 蛋19.5g 脂16.4g 塩4.0g	カレーうどん 温泉卵 772kcal 蛋24.4g 脂28.0g 塩4.3g	温玉キムチ きしめん がんもの煮物 676kcal 蛋24.4g 脂20.6g 塩4.2g	山菜おろしそば ちくわの2色天ぷら 682kcal 蛋23.4g 脂13.4g 塩4.0g	味噌煮込み うどん 茄子のオスターソース炒め 693kcal 蛋24.8g 脂20.2g 塩2.8g
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 パンナコッタ 麦ごはん 豆乳味噌スープ	なめ茸おろし カフェオレゼリー ごはん オニオンスープ	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

【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。

※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 10月23日	火 10月24日	水 10月25日	木 10月26日	金 10月27日	土 10月28日
A ランチ	赤魚の 柚子胡椒煮 切干大根の炒め物 648kcal 蛋26.6g 脂18.7g 塩2.5g	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	さばのおろし煮 竹輪とキムチの炒め物 649kcal 蛋30.3g 脂19.4g 塩2.4g	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	さわらの 幽庵焼き 高野豆腐の煮物 492kcal 蛋28.2g 脂17.4g 塩2.4g	アブラガレイの けんちゃん焼き れんこんの煮物 660kcal 蛋24.8g 脂19.6g 塩2.3g
B ランチ	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	きのこたっぷり ポークジンジャー ごぼうの味噌煮 673kcal 蛋25.3g 脂20.1g 塩2.4g	揚げ豆腐の 肉味噌がけ 小松菜と干し海老の炒め煮 769kcal 蛋30.6g 脂28.1g 塩2.1g	豚の角煮 里芋のバター醤油炒め 774kcal 蛋34.7g 脂30.6g 塩2.2g	ミルフィーユ チーズカツ ほうれん草のカレーソテー 564kcal 蛋22.3g 脂24.0g 塩2.4g	スパニッシュ オムレツ ふきの土佐煮 712kcal 蛋27.7g 脂24.3g 塩2.2g
C ランチ	整腸 きのこたっぷり! 腸活カレー がんもの煮物 624kcal 蛋17.4g 脂12.5g 塩3.0g	整腸 パリパリ チキン! 腸活カレー ごぼうの味噌煮 681kcal 蛋21.5g 脂17.2g 塩3.2g	整腸 さつまいも! 腸活カレー 小松菜と干し海老の炒め煮 665kcal 蛋16.9g 脂13.3g 塩3.1g	整腸 チーズとろける! 腸活カレー 里芋のバター醤油炒め 661kcal 蛋19.5g 脂15.6g 塩3.1g	整腸 サクサクヒレカツ! 腸 活カレー ほうれん草のカレーソテー 552kcal 蛋16.8g 脂19.2g 塩3.2g	整腸 海の幸! 腸活カレー ふきの土佐煮 598kcal 蛋17.3g 脂9.7g 塩3.1g
麺 ランチ	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 707kcal 蛋23.9g 脂14.0g 塩4.2g	鶏塩うどん 厚揚げの味噌炒め 667kcal 蛋28.1g 脂19.4g 塩5.0g	塩ワンタン麺 麻婆茄子 680kcal 蛋23.7g 脂15.5g 塩4.5g	トマトクリームス パゲッティ 蒸し鶏のサラダ 745kcal 蛋30.8g 脂13.1g 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
共通 小鉢	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	とろろ プリン 麦ごはん 清まし汁	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 マンゴープリン 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

西山病院未来型デイケア

	月 10月30日	火 10月31日	水	木	金	土
A ランチ	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2.6g	さばの 七味醤油焼き 五目さっぱり金平 561kcal 蛋29.2g 脂24.7g 塩2.4g				
B ランチ	鶏肉の 南部焼き 筍とこんにゃくの煮物 491kcal 蛋24.4g 脂19.8g 塩2.4g	ハロウィン ハロウィンハヤシライス アスパラのガーリックソース 760kcal 蛋22.9g 脂32.1g 塩2.5g				
C ランチ	骨 豆腐ステーキ きのこあんかけ 筍とこんにゃくの煮物 598kcal 蛋27.6g 脂27.5g 塩2.2g	抗酸化 鮭の 香草パン粉焼き アスパラのガーリックソース 692kcal 蛋34.5g 脂18.1g 塩2.6g				
麺 ランチ	ごま豆乳 うどん 筍とこんにゃくの煮物 711kcal 蛋23.0g 脂26.7g 塩4.8g	肉きしめん 長芋の白煮 695kcal 蛋23.6g 脂19.2g 塩4.9g				
共通 小鉢	うの花 オレンジフルーチェ かき玉汁 ごはん	菜花のお浸し かぼちゃプリン 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。

2023年10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
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	白身魚の照焼き 587kcal	回鍋肉 699kcal	さわらの香味ソースかけ 620kcal
9日	10日	11日	12日	13日	14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	ピーマンの肉詰め焼き 622kcal
16日	17日	18日	19日	20日	21日
さわらの塩麹焼き 589kcal	豚肉のバーベキューソース 619kcal	白身魚のピカタ オーロラソース 657kcal	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
23日	24日	25日	26日	27日	28日
コロッケ盛り合わせ 670kcal	鶏肉のチリソース炒め 631kcal	たらのパテチーズ焼き 618kcal	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
30日	31日				
トンテキ 697kcal	タラの葱味噌焼き 624kcal				

■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。