



Weekly Menu

西山病院未来型ダイケア

	月 11月27日	火 11月28日	水 11月29日	木 11月30日	金 12月1日	土 12月2日
A ランチ	赤魚の 利休焼き 揚げ茄子のみぞれ煮 673kcal 蛋25.1g 脂21.2g 塩2.4g	エビチリ 青菜の卵とじ 673kcal 蛋18.6g 脂21.7g 塩2.7g	白身魚の ムニエルソース 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 ひじきの炒め煮 666kcal 蛋25.8g 脂20.3g 塩2.4g	ホキフライ 油淋ソース 大根の旨煮 756kcal 蛋28.5g 脂23.9g 塩2.2g	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
B ランチ	肉団子の トマト煮込み 金平れんこん 662kcal 蛋18.7g 脂14.3g 塩2.6g	炒り鶏 ホタテ風味フライ 732kcal 蛋26.4g 脂27.1g 塩2.5g	おろし ぽん酢カツ キムチともやしのチーズ炒め 672kcal 蛋18.9g 脂19.5g 塩2.3g	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 673kcal 蛋26.7g 脂22.2g 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
C ランチ	免疫力 鶏天 金平れんこん 713kcal 蛋29.6g 脂17.1g 塩2.6g	抗酸化 鮭の チャンチャン焼き ホタテ風味フライ 656kcal 蛋30.7g 脂19.2g 塩2.4g	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 南瓜のホクホク煮 701kcal 蛋28.4g 脂21.1g 塩2.0g	貧血 豆腐と イカの旨煮 青菜とエビのオysterソース炒め 701kcal 蛋29.4g 脂23.0g 塩2.4g	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
麺 ランチ	野菜あんかけ うどん 豆腐田楽 644kcal 蛋19.1g 脂16.0g 塩3.8g	海鮮 塩焼きそば 水餃子 671kcal 蛋26.9g 脂13.7g 塩4.2g	鶏ごぼううどん 野菜かき揚げ 730kcal 蛋17.5g 脂27.2g 塩3.5g	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 798kcal 蛋32.0g 脂23.2g 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
共通 小鉢	もずくの酢の物 マンゴープリン ゆかりご飯 味噌汁	ピーナッツ和え りんご酢ゼリー 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 麦ごはん 味噌汁	カリフラワーサラダ チョコレートババロア ごはん 中華スープ	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 12月4日	火 12月5日	水 12月6日	木 12月7日	金 12月8日	土 12月9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	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 709kcal 蛋28.7g 脂19.1g 塩2.0g	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	たらの トマトチーズ蒸し 炒り豆腐 693kcal 蛋29.7g 脂23.2g 塩2.4g
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	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	ごろごろ牛肉の ビーフシチュー 蓮根のおかか煮 760kcal 蛋23.1g 脂28.7g 塩1.8g	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 803kcal 蛋29.2g 脂28.0g 塩2.3g	チキンカツ キャベツの煮浸し 695kcal 蛋29.8g 脂17.7g 塩2.3g
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	貧血 鮭のハニー マスタード焼き こんにゃくのピリ辛煮 719kcal 蛋28.6g 脂27.1g 塩2.5g	骨 擬製豆腐 蓮根のおかか煮 727kcal 蛋34.6g 脂22.4g 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2.6g	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
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 761kcal 蛋25.9g 脂20.1g 塩3.1g	温玉月見そば いかの天ぷら 649kcal 蛋26.5g 脂15.3g 塩3.6g	チャンポン麺 えび焼売 695kcal 蛋26.2g 脂16.7g 塩5.1g	卵とじきしめん 大根と牛すじの味噌煮 630kcal 蛋24.8g 脂12.6g 塩4.2g	カレーうどん 温泉卵 772kcal 蛋24.4g 脂28.0g 塩4.3g
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 鶏ごぼうご飯 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 パナコッタ 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

【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11日	火 12月12日	水 12月13日	木 12月14日	金 12月15日	土 12月16日
A ランチ	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 かぶと玉葱のくず煮 675kcal 蛋30.1g 脂14.1g 塩2.3g	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	中華飯 チンゲン菜の炒め煮 696kcal 蛋20.5g 脂10.5g 塩2.3g	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 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 がーリックゲリル ごぼうの甘辛煮 709kcal 蛋27.0g 脂18.9g 塩2.4g	ハンバーグの 照り焼きソース ふきの土佐煮 643kcal 蛋20.8g 脂19.3g 塩2.6g	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 アスパラとベーコンの炒め物 758kcal 蛋27.2g 脂30.1g 塩2.5g
C ランチ	整腸 ほうれん草! 腸活カレー 大根といかの煮物 601kcal 蛋16.7g 脂10.7g 塩3.1g	整腸 プリプリビワイ! 腸活カレー 洋風炒め 696kcal 蛋20.6g 脂16.1g 塩3.0g	整腸 豚しゃぶ! 腸活カレー ごぼうの甘辛煮 761kcal 蛋20.0g 脂23.6g 塩2.5g	整腸 チーズとろける! 腸活カレー ふきの土佐煮 609kcal 蛋17.3g 脂13.3g 塩2.9g	整腸 クリームコロッケ!腸 活カレー ブロッコリーのカレーソテー 728kcal 蛋16.3g 脂17.5g 塩3.2g	整腸 グリル野菜! 腸活カレー アスパラとベーコンの炒め物 646kcal 蛋15.3g 脂17.5g 塩2.9g
麺 ランチ	温玉キムチ きしめん かぶのそぼろ煮 645kcal 蛋23.7g 脂17.6g 塩4.3g	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	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	いか天うどん 野菜つみれの煮物 667kcal 蛋20.3g 脂11.4g 塩5.3g	豚骨しょうゆ ラーメン 春巻き 791kcal 蛋27.3g 脂23.3g 塩5.7g
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 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

西山病院未来型ディケア



	月 12月18日	火 12月19日	水 12月20日	木 12月21日	冬至 金 12月22日	土 12月23日
A ランチ	鮭の西京焼き 信田の煮物 676kcal 蛋32.0g 脂14.9g 塩2.6g	あじの唐揚げ 生姜あんかけ なすのトマト煮 728kcal 蛋30.5g 脂21.4g 塩2.5g	白身魚の 照り焼き ツナソテー 631kcal 蛋31.0g 脂15.7g 塩2.4g	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 南瓜のいところ煮 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
B ランチ	タンドリー ポーク 金平大根 768kcal 蛋25.0g 脂32.1g 塩2.2g	おろし牛丼 ビーフンソテー 708kcal 蛋18.2g 脂22.7g 塩2.4g	煮込み ハンバーグ じゃが芋の白煮 649kcal 蛋22.9g 脂14.4g 塩2.6g	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 南瓜のいところ煮 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
C ランチ	貧血 いわしフライ 金平大根 834kcal 蛋25.9g 脂30.7g 塩2.8g	骨 肉団子と 冬野菜の豆乳煮 ビーフンソテー 698kcal 蛋21.1g 脂16.1g 塩2.9g	脳活性 揚げ鶏の フレッシュトマトソース 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 南瓜のいところ煮 667kcal 蛋27.0g 脂20.0g 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 680kcal 蛋26.3g 脂23.7g 塩2.1g
麺 ランチ	鶏南蛮そば 南瓜サラダ 712kcal 蛋24.3g 脂13.7g 塩3.2g	きつねきしめん 蓮根の挟み揚げ 654kcal 蛋16.4g 脂15.7g 塩4.2g	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 南瓜のいところ煮 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
共通 小鉢	もずくの酢の物 フルーツ杏仁 菜飯 豚汁	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 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

【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。

Merry
Christmas!



Weekly Menu

西山病院未来型ダイケア

	月 12月25日	火 12月26日	水 12月27日	木 12月28日	金 12月29日	土 12月30日
A ランチ	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 763kcal 蛋34.3g 脂29.5g 塩2.4g	さわらの 幽庵焼き 高野豆腐の煮物 662kcal 蛋31.6g 脂18.2g 塩2.4g	アブラガレの けんちん焼き れんこんの煮物 656kcal 蛋25.1g 脂18.9g 塩2.3g	さばの 七味醤油焼き 五目さっぱり金平 672kcal 蛋29.4g 脂22.4g 塩2.5g	マグロ ちらし寿司 筍とこんにゃくの煮物 640kcal 蛋24.7g 脂7.8g 塩2.0g	赤魚の 麴味噌漬け 茄子の揚げ浸し 656kcal 蛋25.6g 脂22.3g 塩1.8g
B ランチ	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 754kcal 蛋31.4g 脂29.3g 塩2.5g	ミルフィーユ チーズカツ ほうれん草のカレーソテー 734kcal 蛋25.7g 脂24.8g 塩2.4g	スパニッシュ オムレツ ふきの土佐煮 708kcal 蛋28.0g 脂23.6g 塩2.2g	鶏肉と野菜の中 華煮 アスパラのがりリクッテ 636kcal 蛋25.0g 脂19.0g 塩2.4g	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 大根とイカ of 煮物 702kcal 蛋23.2g 脂29.7g 塩2.2g
C ランチ	デザート	整腸 赤魚の 甘酒みぞれ煮 ほうれん草のカレーソテー 668kcal 蛋28.7g 脂15.4g 塩2.2g	貧血 豚肉と野菜の 胡麻味噌炒め煮 ふきの土佐煮 686kcal 蛋19.4g 脂24.0g 塩2.0g	抗酸化 サーモンチーズ 照り焼き アスパラのがりリクッテ 602kcal 蛋32.3g 脂13.8g 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 大根とイカ of 煮物 720kcal 蛋32.0g 脂26.7g 塩2.3g
麺 ランチ	バイキング	生姜風味のあっ たか クリームパスタ 蒸し鶏のサラダ 816kcal 蛋28.8g 脂21.6g 塩3.9g	かき揚げ 茶そば キャベツの塩昆布炒め 792kcal 蛋19.7g 脂26.2g 塩3.6g	肉きしめん 長芋の白煮 668kcal 蛋21.3g 脂16.5g 塩4.9g	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	えび天そば 野菜の五目炒め 711kcal 蛋24.1g 脂19.7g 塩4.0g
共通 小鉢	ツナポテトサラダ ごはん 味噌汁	きのこのマリネ バニラババロア 十五穀米 味噌汁	香味和え 抹茶プリン ごはん 清まし汁	春菊のお浸し レモンゼリー わかめご飯 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。

2023年12月



Monthly Menu

西山病院未来型ディケア

月	火	水	木	金	土
				1日	2日
				赤魚のきのこあん 604kcal	鶏肉のスタミナ焼き 586kcal
4日	5日	6日	7日	8日	9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
11日	12日	13日	14日	15日	16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	白身魚のピカタ オーロラソース 657kcal
18日	19日	20日	21日	22日	23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
25日	26日	27日	28日	29日	30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

■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。