



Weekly Menu

西山病院未来型ディケア

	月 1月1日	火 1月2日	水 1月3日	木 1月4日	金 1月5日	土 1月6日
A ランチ				アボカドの みぞれ煮 栗きんとん 666kcal 蛋19.5g 脂14.2g 塩2.5g	白身魚の 香り揚げ 切干大根の炒め煮 793kcal 蛋23.5g 脂30.1g 塩2.0g	鮭のクリーム煮 ポパイ炒め 675kcal 蛋30.8g 脂17.2g 塩2.4g
B ランチ				豚肉の 梅味噌焼き 栗きんとん 728kcal 蛋22.9g 脂19.9g 塩2.5g	よだれ鶏 イカリングフライ 666kcal 蛋29.7g 脂18.1g 塩2.5g	揚げ鶏の 黒酢だれ 五目豆 754kcal 蛋31.8g 脂19.2g 塩2.4g
C ランチ				免疫力 鶏肉の爽やか赤 ワイン煮 栗きんとん 717kcal 蛋22.6g 脂14.4g 塩1.9g	骨 豚肉と厚揚げの オイスター炒め イカリングフライ 764kcal 蛋28.5g 脂28.3g 塩2.5g	脳活性 さわらの 菜種焼き 五目豆 732kcal 蛋35.4g 脂22.1g 塩2.3g
麺 ランチ				えび天うどん 栗きんとん 658kcal 蛋14.8g 脂10.8g 塩4.2g	五目あんかけ 焼きそば つみれの煮物 635kcal 蛋19.7g 脂14.6g 塩4.8g	カレーきしめん 温泉卵 726kcal 蛋25.8g 脂22.6g 塩4.4g
共通 小鉢				紅白なます みかん ごはん 清まし汁	コールスローサラダ マスカットゼリー ごはん 中華風クリームスープ	白菜のゆかり和え チョコレートババロア きのこご飯 キャベツと桜えびの塩麴スープ

【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 1月8日	火 1月9日	水 1月10日	木 1月11日	金 1月12日	土 1月13日
A ランチ	あじのトマト煮 ほうれん草のガーリック炒め 627kcal 蛋32.2g 脂14.6g 塩2.2g	白身魚のピカタ オーロラソース 蓮根のそぼろ煮 736kcal 蛋29.3g 脂21.5g 塩2.2g	ブリの唐揚げ 葱 レモンソース こんにゃくのピリ辛炒め煮 743kcal 蛋28.5g 脂28.1g 塩2.3g	さわらの 黄身焼き にらもやし炒め 669kcal 蛋31.2g 脂20.6g 塩2.3g	赤魚の 甘酢あんかけ かぶと海老の煮物 602kcal 蛋27.7g 脂7.6g 塩2.3g	キス天丼 切昆布の煮物 677kcal 蛋21.0g 脂19.2g 塩2.4g
B ランチ	チキンの 胡麻豆乳焼き 里芋の煮っころがし 694kcal 蛋33.4g 脂16.7g 塩1.7g	青椒肉絲 茄子の揚げ煮 675kcal 蛋23.6g 脂21.1g 塩2.4g	鶏肉と大根の照 り煮 アスパラのツナソテー 635kcal 蛋31.9g 脂16.6g 塩2.1g	豚ヒレカツ ごぼうの胡麻煮 667kcal 蛋23.5g 脂17.3g 塩2.4g	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 707kcal 蛋26.2g 脂23.2g 塩2.5g	チキンの ポテト焼き チンゲン菜のオイスター炒め 771kcal 蛋28.0g 脂32.0g 塩2.3g
C ランチ	貧血 彩りカラフル レバニラ炒め 里芋の煮っころがし 678kcal 蛋29.7g 脂17.8g 塩2.4g	抗酸化 ハマチの にんにく醤油焼き 茄子の揚げ煮 722kcal 蛋26.3g 脂25.6g 塩1.8g	骨 塩麹豆腐 ハンバーグ アスパラのツナソテー 724kcal 蛋28.9g 脂24.3g 塩2.3g	免疫力 けんちん汁-和風 豆乳きのこソース ごぼうの胡麻煮 683kcal 蛋35.3g 脂15.3g 塩2.1g	脳活性 サバのソテー ラタトゥイソース ブロッコリーのパプリカ風味炒め 658kcal 蛋29.5g 脂19.8g 塩2.2g	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 623kcal 蛋29.8g 脂16.4g 塩2.4g
麺 ランチ	にしんそば 大根と半平の煮物 742kcal 蛋28.5g 脂12.5g 塩4.8g	鶏南蛮うどん キャベツと筍の味噌炒め 615kcal 蛋22.3g 脂15.2g 塩4.2g	あんかけパスタ ホタテ風味フライ 782kcal 蛋27.1g 脂23.9g 塩4.5g	あおさ香る 醤油ラーメン 肉団子の甘酢だれ 654kcal 蛋24.4g 脂11.4g 塩4.9g	梅とろろ 昆布そば 信田の煮物 616kcal 蛋21.9g 脂10.5g 塩3.9g	まろやか和風 加ボナーうどん キャベツの塩昆布炒め 704kcal 蛋25.9g 脂20.5g 塩2.1g
共通 小鉢	いんげんのごま和え 苺ミルクプリン ごはん 味噌汁	もずくの酢の物 ぶどうフルーチェ 麦ごはん 中華スープ	白菜のお浸し 抹茶ババロア ごはん 味噌汁	じゃこおろし おぜんざい ごはん 具沢山清まし汁	もずくの酢の物 ベリーヨーグルト 菜飯 若竹汁	茄子のポン酢和え パナコッタ 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15日	火 1月16日	水 1月17日	木 1月18日	金 1月19日	土 1月20日
A ランチ	メバルの煮付け 茄子の味噌炒め 678kcal 蛋23.8g 脂21.7g 塩2.6g	おでん バイキング	海老フライ ひじきの煮付 645kcal 蛋17.4g 脂19.8g 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 655kcal 蛋25.3g 脂12.5g 塩2.3g	赤魚の揚げ煮 金平ごぼう 725kcal 蛋26.7g 脂19.2g 塩2.4g	あじの南蛮漬け 五目豆 711kcal 蛋33.3g 脂16.9g 塩2.0g
B ランチ	鶏肉のさっぱりマリネ 蓮根のおかか煮 758kcal 蛋31.6g 脂22.1g 塩2.0g		チキンステーキ マカロニサラダ 686kcal 蛋24.1g 脂22.2g 塩2.4g	豚肉と野菜のポトフ キャベツのﾊﾟﾊﾟﾛﾝﾅｰﾉ風炒め 665kcal 蛋25.6g 脂21.7g 塩2.1g	鶏肉の柚子胡椒焼き 南瓜のいところ煮 734kcal 蛋26.7g 脂20.0g 塩2.4g	北海道産黒木和牛メンチカツ 筍とじゃこの山椒炒め 722kcal 蛋22.8g 脂21.6g 塩2.6g
C ランチ	抗酸化 鮭の生姜風味焼き 蓮根のおかか煮 638kcal 蛋28.8g 脂12.7g 塩2.2g		骨 根菜とさばの黒酢あん マカロニサラダ 795kcal 蛋28.3g 脂25.1g 塩2.3g	抗酸化 チキンのトマト煮 キャベツのﾊﾟﾊﾟﾛﾝﾅｰﾉ風炒め 676kcal 蛋27.3g 脂21.5g 塩2.0g	骨 千種焼き 南瓜のいところ煮 740kcal 蛋28.4g 脂18.8g 塩2.5g	整腸 鶏肉の塩麴焼き 筍とじゃこの山椒炒め 642kcal 蛋26.7g 脂19.5g 塩2.1g
麺 ランチ	山菜そば 里芋のそぼろあんかけ 634kcal 蛋23.7g 脂9.7g 塩4.1g		きつねうどん ちくわの磯辺揚げ 602kcal 蛋16.6g 脂12.8g 塩4.6g	かき揚げうどん ふろふき大根 692kcal 蛋15.6g 脂21.2g 塩4.6g	とろろそば 厚揚げのオイスター炒め 673kcal 蛋20.8g 脂10.3g 塩3.2g	味噌ラーメン 豚キムチ炒め 674kcal 蛋24.2g 脂14.9g 塩4.0g
共通 小鉢	キャベツの柚子風味和え フルーツヨーグルト 十五穀米 かき玉汁		白菜のごま和え ストロベリーゼリー ごはん 味噌汁	小松菜のピーナツ和え バニラババロア ごはん コンソメスープ	春雨の酢の物 フルーツポンチ 菜飯 味噌汁	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22日	火 1月23日	水 1月24日	木 1月25日	金 1月26日	土 1月27日
A ランチ	えび あんかけ炒飯 焼ぎょうざ 684kcal 蛋24.9g 脂16.9g 塩2.4g	アブラガレイの 味噌焼き ツナじゃが 606kcal 蛋23.6g 脂26.1g 塩2.4g	さわらの梅煮 南瓜のチーズ焼き 714kcal 蛋32.2g 脂21.2g 塩2.6g	赤魚の利休焼き 揚げ茄子のみぞれ煮 604kcal 蛋24.0g 脂27.2g 塩2.3g	エビチリ 青菜の卵とじ 701kcal 蛋18.7g 脂21.7g 塩2.8g	白身魚の ムニエルソースがけ 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 714kcal 蛋20.8g 脂27.9g 塩2.0g	鶏肉の治部煮 にんじんしりしり 619kcal 蛋28.7g 脂23.4g 塩2.1g	酢豚 ぜんまいの炒り煮 792kcal 蛋27.4g 脂31.9g 塩1.9g	肉団子の トマト煮込み 金平れんこん 602kcal 蛋17.9g 脂20.3g 塩2.5g	炒り鶏 ホタテ風味フライ 760kcal 蛋26.5g 脂27.1g 塩2.6g	チキンカツ トマトソース キムチともやしのチーズ炒め 688kcal 蛋31.0g 脂19.2g 塩2.4g
C ランチ	整腸 白身魚フライ! 腸活カレー えびチリ豆腐 705kcal 蛋20.7g 脂15.9g 塩3.0g	整腸 ウインナー! 腸活カレー にんじんしりしり 643kcal 蛋17.8g 脂27.2g 塩3.3g	整腸 海の幸! 腸活カレー ぜんまいの炒り煮 621kcal 蛋18.7g 脂12.1g 塩2.9g	整腸 温玉! 腸活カレー 金平れんこん 627kcal 蛋17.7g 脂20.9g 塩2.9g	整腸 パリパリチキン! 腸活カレー ホタテ風味フライ 783kcal 蛋23.3g 脂25.6g 塩3.3g	整腸 冬満喫! 腸活カレー キムチともやしのチーズ炒め 599kcal 蛋15.6g 脂12.3g 塩2.9g
麺 ランチ	きしめん 蓮根の挟み揚げ 615kcal 蛋15.1g 脂14.1g 塩4.0g	焼きうどん 里芋の味噌煮 683kcal 蛋19.8g 脂22.6g 塩3.3g	肉そば 卵豆腐のあんかけ 740kcal 蛋29.7g 脂19.7g 塩4.6g	野菜 あんかけうどん 豆腐田楽 700kcal 蛋20.6g 脂20.9g 塩3.7g	海鮮塩焼きそば 水餃子 699kcal 蛋27.0g 脂13.7g 塩4.3g	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 フルーツ杏仁 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 バナナヨーグルト ごはん 豚汁	マカロニサラダ マンゴープリン ごはん 味噌汁	ピーナッツ和え レモンゼリー 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29日	火 1月30日	水 1月31日	木	金	土
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 大根の旨煮 702kcal 蛋25.8g 脂21.4g 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			
B ランチ	NEW シチューハンバーグ 南瓜のホクホク煮 703kcal 蛋23.2g 脂14.7g 塩2.7g	鶏肉の梅焼き 青菜とエビのオイスターソース炒め 643kcal 蛋26.2g 脂21.0g 塩2.3g	豚肉のマスタード焼き トマトの卵炒め 806kcal 蛋30.8g 脂36.1g 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 青菜とエビのオイスターソース炒め 687kcal 蛋29.5g 脂23.9g 塩2.3g	脳活性 あじの蒲焼 トマトの卵炒め 681kcal 蛋34.7g 脂18.1g 塩2.3g			
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 768kcal 蛋31.5g 脂22.0g 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	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 杏仁豆腐 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			

【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。

2024年1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	5日	6日
			白身魚の天ぷら ゴマ味噌ソース 661kcal	擬製豆腐 627kcal	豚肉の山椒焼き 601kcal
8日	9日	10日	11日	12日	13日
ミックスフライ 618kcal	牛肉のスタミナ炒め 582kcal	メバルのソテー トマトソース 593kcal	鮭のもろみ味噌焼き 557kcal	鶏肉の唐揚げ 672kcal	ハンバーグ 681kcal
15日	16日	17日	18日	19日	20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
22日	23日	24日	25日	26日	27日
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	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
29日	30日	31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			

■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。