

2026年10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
			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
5日	6日	7日	8日	9日	10日
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	たらのパン粉焼き 571kcal	ブリの照り焼き 610kcal	肉団子の中華煮 632kcal
12日	13日	14日	15日	16日	17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	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
19日	20日	21日	22日	23日	24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
26日	27日	28日	29日	30日	31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

■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	木 10月1日	金 10月2日	土 10月3日
A ランチ				白身魚の天ぷら 卸ポン酢がけ ひじきの煮物 678kcal  蛋28.9g 脂19.5g 塩2.2g	とろっと 卵カレー  れんこんの煮物 624kcal 蛋13.3g 脂12.7g 塩3.4g	ブリの 幽庵焼き 高野豆腐の煮物 665kcal 蛋29.3g 脂20.6g 塩1.9g
B ランチ				豚の角煮 里芋のバター醤油炒め 675kcal 蛋26.8g 脂22.3g 塩2.1g	スパニッシュ オムレツ ほうれん草のカレーソテー 766kcal  蛋31.1g 脂31.9g 塩2.3g	ミルフィーユ チーズカツ ふきの土佐煮  647kcal 蛋21.3g 脂16.7g 塩2.1g
C ランチ				脳活性 アジのソテー 野菜トマトソース 里芋のバター醤油炒め 626kcal 蛋30.8g 脂12.9g 塩2.2g	整腸 赤魚の 甘酒みぞれ煮 ほうれん草のカレーソテー 654kcal 蛋28.1g 脂15.0g 塩2.2g	貧血 豚肉と野菜の 胡麻味噌炒め煮 ふきの土佐煮 690kcal 蛋19.1g 脂24.7g 塩2.0g
麺 ランチ				かき揚げそば キャベツの塩昆布炒め 719kcal 蛋20.7g 脂28.3g 塩3.6g	トマトクリーム スパゲッティ 蒸し鶏のサラダ 717kcal 蛋29.8g 脂17.2g 塩2.8g	塩ワンタン麺 麻婆茄子 669kcal 蛋20.8g 脂13.8g 塩4.2g
共通 小鉢				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5日	火 10月6日	水 10月7日	木 10月8日	金 10月9日	土 10月10日
A ランチ	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 762kcal 蛋29.7g 脂30.7g 塩2.3g	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2.3g	赤魚の 麹味噌漬け 茄子の揚げ浸し 651kcal 蛋25.3g 脂22.2g 塩1.8g	さばの味噌煮 チンゲン菜と木耳の玉子炒め 704kcal 蛋28.0g 脂23.8g 塩2.2g	メバルの唐揚げ 野菜あんかけ 煮奴 677kcal 蛋30.3g 脂16.9g 塩2.2g	【バトナム】白身魚の ヌマムからあげ 筍のそぼろ炒め 699kcal 蛋30.0g 脂20.6g 塩2.2g
B ランチ	鶏肉と 野菜の中華煮 ブロッコリーのカリッカリ 659kcal 蛋26.1g 脂21.6g 塩2.3g	カツ丼 筍とこんにゃくの煮物 688kcal 蛋23.9g 脂19.9g 塩2.3g	豚キムチ 大根とイカの煮物 702kcal 蛋23.2g 脂29.7g 塩2.2g	揚げ豚の 香りソースかけ さといもの煮物 779kcal 蛋23.3g 脂29.1g 塩2.2g	チキンの外外 粒マスタード焼き ブロッコリーと小海老の炒め物 740kcal 蛋30.0g 脂28.6g 塩2.3g	【シガポール】 海南鶏飯 筍のそぼろ炒め 727kcal 蛋29.9g 脂20.5g 塩2.3g
C ランチ	抗酸化 鮭の香草 パン粉焼き 塩昆布和え 616kcal 蛋32.8g 脂12.8g 塩2.3g	免疫力 鶏肉の爽やか 赤ワイン煮 筍とこんにゃくの煮物 702kcal 蛋27.5g 脂19.1g 塩2.1g	免疫力 チキン南蛮 大根とイカの煮物 713kcal 蛋31.8g 脂26.7g 塩2.3g	整腸 チーズハンバーグ デミソース さといもの煮物 697kcal 蛋23.0g 脂17.8g 塩2.4g	貧血 豚しゃぶの おろしぽん酢がけ ブロッコリーと小海老の炒め物 782kcal 蛋28.7g 脂34.6g 塩2.3g	
麺 ランチ	肉きしめん 長芋の白煮 682kcal 蛋22.0g 脂19.2g 塩4.3g	とろろそば 筍とこんにゃくの煮物 566kcal 蛋19.5g 脂6.1g 塩3.3g	五目あんかけ 焼きそば つみれの煮物 665kcal 蛋22.9g 脂18.3g 塩4.3g	肉玉あんかけ うどん 巾着の煮物 720kcal 蛋23.3g 脂25.9g 塩4.2g	温 ほうとう 白身魚フライ 625kcal 蛋21.2g 脂10.1g 塩4.1g	酸辣湯 焼売 677kcal 蛋28.0g 脂13.8g 塩4.2g
共通 小鉢	塩昆布和え 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 かき玉汁	オクラの梅和え 杏仁豆腐 ごはん 中華スープ	ひじきサラダ わらびもち ごはん 清まし汁	ほうれん草のお浸し 抹茶プリン ごはん 味噌汁	菜花のお浸し 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。

Weekly Menu

西山病院未来型デイケア

	月 10月12日	火 10月13日	水 10月14日	木 10月15日	金 10月16日	土 10月17日
A ランチ	あじフライ ごぼうとベーコンのピリ辛炒め 645kcal 蛋31.0g 脂13.9g 塩2.3g	白身魚の香味 ジャージャー 切干大根の炒め煮 701kcal 蛋25.0g 脂21.7g 塩2.2g	タラの クリーム煮 ポパイ炒め 633kcal 蛋26.5g 脂15.7g 塩2.3g	アブラカレの みぞれ煮 ほうれん草のガーリック炒め 695kcal 蛋27.9g 脂24.7g 塩2.3g	白身魚の 南蛮漬け 蓮根のそぼろ煮 636kcal 蛋23.8g 脂11.3g 塩1.7g	さばの 七味醤油焼き 五目さっぱり金平 675kcal 蛋29.0g 脂22.5g 塩2.1g
B ランチ	よだれ鶏 ホクホク南瓜の煮物 601kcal 蛋27.4g 脂9.8g 塩2.2g	鶏肉の 南部焼き イカリングフライ 687kcal 蛋26.6g 脂24.3g 塩2.3g	揚げ鶏の 黒酢だれ 五目豆 764kcal 蛋32.9g 脂21.2g 塩2.3g	イタリアン ハンバーグ 里芋の煮っころがし 649kcal 蛋24.8g 脂15.2g 塩2.3g	青椒肉絲 茄子の揚げ煮 676kcal 蛋23.6g 脂21.1g 塩2.4g	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	貧血 厚揚げと豚肉の 辛味煮込み ホクホク南瓜の煮物 770kcal 蛋26.7g 脂35.3g 塩2.3g	骨 豆腐ステーキ きのこあんかけ イカリングフライ 778kcal 蛋29.6g 脂31.9g 塩2.3g	脳活性 さわらの 菜種焼き 五目豆 744kcal 蛋36.6g 脂24.1g 塩2.3g	骨 豚肉と厚揚げの オイスター炒め 里芋の煮っころがし 699kcal 蛋28.8g 脂22.0g 塩2.3g	抗酸化 ハマチの にんにく醤油焼き 茄子の揚げ煮 723kcal 蛋26.3g 脂25.6g 塩1.8g	整腸 塩麹豆腐 ハンバーグ インゲンのツナソテー 724kcal 蛋28.8g 脂24.3g 塩2.3g
麺 ランチ	えび天うどん がんもの煮物 662kcal 蛋20.8g 脂16.7g 塩4.3g	竹輪天そば 大根と半平の煮物 630kcal 蛋20.2g 脂10.0g 塩4.0g	カレーきしめん 温泉卵 721kcal 蛋25.7g 脂22.4g 塩4.2g	高菜豚骨 ラーメン 野菜の五目炒め 673kcal 蛋24.4g 脂16.4g 塩4.1g	鶏南蛮うどん キャベツと筍の味噌炒め 624kcal 蛋22.4g 脂15.2g 塩4.2g	ミート スパゲッティ ホタテ風味フライ 755kcal 蛋25.7g 脂22.0g 塩3.8g
共通 小鉢	もやしの酢の物 ももヨーグルト ごはん 味噌汁	コールスローサラダ コーヒゼリー 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 菜飯 味噌汁	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 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

【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19日	火 10月20日	水 10月21日	木 10月22日	金 10月23日	土 10月24日
A ランチ	赤魚の 粕漬焼き にもやし炒め 515kcal 蛋23.1g 脂9.6g 塩1.3g	赤魚の 甘酢あんかけ 冬瓜と海老の煮物 537kcal 蛋27.1g 脂12.2g 塩1.9g	鮭ちらし寿司 切昆布の煮物 729kcal 蛋20.3g 脂12.7g 塩2.3g	白身魚の カレームニエル なすの煮浸し 693kcal 蛋23.6g 脂24.6g 塩2.2g	メバルの 煮付け 南瓜のチーズ焼き 663kcal 蛋31.6g 脂16.2g 塩2.2g	海老フライ ひじきの煮付 642kcal 蛋17.0g 脂21.5g 塩2.2g
B ランチ	豚ヒレカツ ごぼうの胡麻煮 673kcal 蛋22.8g 脂17.3g 塩2.3g	チキンステーキ ブロッコリーのパパロチーノ風炒め 575kcal 蛋24.9g 脂23.3g 塩2.2g	豚肉の 塩ダレ炒め チンゲン菜のオイスター炒め 778kcal 蛋20.5g 脂31.5g 塩1.8g	鶏肉の さっぱりマリネ 蓮根のおかか煮 725kcal 蛋30.8g 脂24.0g 塩2.0g	きのこたっぷり 親子丼 ミモザサラダ 733kcal 蛋31.0g 脂23.4g 塩2.1g	ハンバーグ ブラウンシチュー マカロニサラダ 707kcal 蛋20.9g 脂20.1g 塩2.4g
C ランチ	免疫力 絆ソテー和風豆乳 きのこソース ごぼうの胡麻煮 691kcal 蛋34.7g 脂15.3g 塩2.1g	脳活性 根菜とさばの 黒酢あん ブロッコリーのパパロチーノ風炒め 684kcal 蛋29.1g 脂26.2g 塩2.1g	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 645kcal 蛋29.3g 脂12.3g 塩2.4g	抗酸化 ブリの 生姜風味焼き 蓮根のおかか煮 725kcal 蛋28.4g 脂24.1g 塩2.2g	貧血 カジキマグロの ステーキカツ ミモザサラダ 767kcal 蛋25.3g 脂24.1g 塩2.2g	脳活性 サバのソテー うたウイソース マカロニサラダ 719kcal 蛋27.9g 脂25.0g 塩1.9g
麺 ランチ	あおさ香る 醤油ラーメン 肉団子の甘酢だれ 658kcal 蛋23.6g 脂11.1g 塩4.4g	梅とろろ 昆布そば 信田の煮物 708kcal 蛋24.1g 脂15.5g 塩3.8g	肉おろし うどん キャベツの塩昆布炒め 711kcal 蛋19.2g 脂20.7g 塩4.1g	山菜そば 里芋のそばろあんかけ 653kcal 蛋23.9g 脂11.7g 塩4.1g	京風きしめん 厚揚げと白菜の煮浸し 699kcal 蛋29.8g 脂18.6g 塩4.1g	きつねうどん ちくわの磯辺揚げ 594kcal 蛋16.9g 脂12.8g 塩4.2g
共通 小鉢	じゃこおろし マスカットゼリー 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 ごはん 若竹汁	春雨の酢の物 フルーツポンチ ごはん 味噌汁	キャベツの柚子風味和え キャラメルプリン 十五穀米 かき玉汁	はりはり漬け ストロベリーゼリー ごはん 味噌汁	白菜のごま和え あんみつ 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

西山病院未来型デイケア

	月 10月26日	火 10月27日	水 10月28日	木 10月29日	金 10月30日	土 10月31日
A ランチ	白身魚の 香草パン粉焼き さつま芋とりんごの甘煮 623kcal 蛋25.0g 脂9.6g 塩2.3g	さんまの 塩焼き 小松菜のなめ茸和え 714kcal 蛋28.1g 脂24.2g 塩2.4g	白身魚のピカタ オーロラソース ツナじゃが 769kcal 蛋34.0g 脂24.0g 塩2.3g	かに あんかけ炒飯 焼きようざ 651kcal 蛋20.0g 脂16.1g 塩2.5g	アブリの 味噌焼き 五目豆 740kcal 蛋28.7g 脂25.9g 塩2.3g	ハロウィン カレー 南瓜サラダ 792kcal 蛋22.6g 脂29.5g 塩3.3g
B ランチ	ポトフ キャベツのハﾟﾝチｰﾉ風炒め 614kcal 蛋17.4g 脂20.8g 塩3.4g		さくさく メンチカツ にんじんしりしり 737kcal 蛋23.7g 脂26.3g 塩2.3g	豚肉の プルコギ えびチリ豆腐 704kcal 蛋20.6g 脂27.6g 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2.2g	酢豚 南瓜サラダ 791kcal 蛋27.5g 脂33.7g 塩1.9g
C ランチ	抗酸化 チキンの トマト煮 キャベツのハﾟﾝチｰﾉ風炒め 651kcal 蛋27.3g 脂18.8g 塩2.3g		整腸 鶏肉の 塩麴焼き にんじんしりしり 680kcal 蛋28.7g 脂24.4g 塩2.2g	脳活性 さばの 竜田揚げ えびチリ豆腐 718kcal 蛋28.5g 脂26.9g 塩2.0g	骨 千種焼き 筍とじゃこの山椒炒め 686kcal 蛋28.8g 脂21.5g 塩2.3g	脳活性 あじの 粒マスタード焼き 南瓜サラダ 741kcal 蛋30.4g 脂26.2g 塩2.0g
麵 ランチ	味噌ラーメン 豚キムチ炒め 657kcal 蛋23.6g 脂15.2g 塩3.9g		かき揚げ うどん ふろふき大根 682kcal 蛋16.2g 脂21.4g 塩4.2g	きしめん 蓮根の挟み揚げ 605kcal 蛋14.9g 脂13.8g 塩4.1g	焼きうどん 里芋の味噌煮 719kcal 蛋20.5g 脂22.7g 塩3.3g	肉そば 南瓜サラダ 729kcal 蛋24.5g 脂21.5g 塩3.6g
共通 小鉢	小松菜のピーナツ和え ベリームース ごはん 味噌汁	里芋のそぼろあんかけ 抹茶ゼリー 栗ご飯 きのこ汁	塩昆布和え ココアプリン ごはん 味噌汁	白菜の中華和え ピーチゼリー 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 豚汁

【注意】麵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。