



# Weekly Menu

西山病院未来型デイケア

	月 5月1日	火 5月2日	水 5月3日	木 5月4日	金 5月5日	土 5月6日
<b>Aランチ</b>	白身魚の天ぷら 卸ポン酢がけ ひじきの煮物 689kcal 蛋28.5g 脂17.0g 塩2.3g	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	カレイの けんちん焼き れんこんの煮物 660kcal 蛋24.8g 脂19.6g 塩2.3g	さばの 七味醤油焼き 五目さっぱり金平 673kcal 蛋30.2g 脂22.2g 塩2.5g	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	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>Bランチ</b>	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 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 712kcal 蛋27.7g 脂24.3g 塩2.2g	鶏肉と野菜の 中華煮 アスパラのが-リクッテ- 637kcal 蛋25.8g 脂18.8g 塩2.4g	鶏肉の南部焼き 筍とこんにゃくの煮物 646kcal 蛋27.3g 脂20.2g 塩2.4g	豚キムチ 大根とイカ <small>の煮物</small> 702kcal 蛋23.2g 脂29.7g 塩2.2g
<b>Cランチ</b>	<b>脳活性</b> カジキのソテー 野菜トマトソース 里芋のバター醤油炒め 648kcal 蛋30.5g 脂15.4g 塩2.2g	<b>整腸</b> 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	<b>貧血</b> 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	<b>抗酸化</b> サーモンの チーズフライ アスパラのが-リクッテ- 709kcal 蛋36.8g 脂20.3g 塩2.1g	<b>骨</b> 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	<b>免疫力</b> チキン南蛮 大根とイカ <small>の煮物</small> 720kcal 蛋32.0g 脂26.7g 塩2.3g
<b>麺ランチ</b>	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 762kcal 蛋31.3g 脂13.3g 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	肉きしめん 長芋の白煮 669kcal 蛋22.1g 脂16.3g 塩4.9g	ごま豆乳うどん 筍とこんにゃくの煮物 733kcal 蛋23.4g 脂26.7g 塩4.9g	竹輪天そば 野菜の五目炒め 711kcal 蛋24.1g 脂19.7g 塩4.0g
<b>共通小鉢</b>	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 十五穀米 味噌汁	香味和え マンゴープリン ごはん 清まし汁	菜花のお浸し 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。



# Weekly Menu

西山病院未来型デイケア

	月 5月8日	火 5月9日	水 5月10日	木 5月11日	金 5月12日	土 5月13日
<b>A ランチ</b>	<b>さばの味噌煮</b> チンゲン菜と木耳の玉子炒め 701kcal 蛋28.0g 脂23.8g 塩2.2g	<b>メバルの唐揚げ 野菜あんかけ</b> 煮奴 677kcal 蛋30.3g 脂16.9g 塩2.2g	<b>赤魚の粕漬焼き</b> 里芋の天ぷら 甘みそかけ 633kcal 蛋28.0g 脂16.6g 塩1.7g	<b>あじのトマト煮</b> ごぼうとベーコンのピリ辛炒め 679kcal 蛋32.1g 脂15.9g 塩2.3g	<b>カレイの 香り揚げ</b> 切干大根の炒め煮 764kcal 蛋22.9g 脂28.7g 塩2.1g	<b>鮭のクリーム煮</b> ポパイ炒め 675kcal 蛋30.8g 脂17.2g 塩2.4g
<b>B ランチ</b>	<b>揚げ豚の 香りソースかけ</b> 大根の煮物 787kcal 蛋24.6g 脂31.1g 塩2.4g	<b>チキンの外外 粒マスタード焼き</b> ブロッコリーと小海老の炒め物 747kcal 蛋29.6g 脂28.6g 塩2.3g	<b>カツ丼</b> 筍のそぼろ炒め 712kcal 蛋25.7g 脂24.4g 塩2.5g	<b>よだれ鶏</b> ホクホク南瓜の煮物 635kcal 蛋28.6g 脂11.8g 塩2.3g	<b>豚肉の 梅味噌焼き</b> イカリングフライ 753kcal 蛋27.6g 脂27.2g 塩2.4g	<b>揚げ鶏の 黒酢だれ</b> 五目豆 754kcal 蛋31.8g 脂19.2g 塩2.4g
<b>C ランチ</b>	<b>整腸</b> <b>豚のチーズ焼き デミソース</b> 大根の煮物 712kcal 蛋27.0g 脂24.3g 塩2.3g	<b>貧血</b> <b>豚しゃぶの 納豆ポン酢かけ</b> ブロッコリーと小海老の炒め物 785kcal 蛋29.0g 脂34.8g 塩2.5g	<b>抗酸化</b> <b>いわしの生姜煮</b> 筍のそぼろ炒め 656kcal 蛋34.7g 脂20.0g 塩2.6g	<b>骨</b> <b>豚肉と厚揚げの オイスター炒め</b> ホクホク南瓜の煮物 733kcal 蛋27.4g 脂22.0g 塩2.3g	<b>免疫力</b> <b>鶏肉の爽やか 赤ワイン煮</b> イカリングフライ 737kcal 蛋26.9g 脂22.4g 塩2.2g	<b>脳活性</b> <b>さわらの 菜種焼き</b> 五目豆 732kcal 蛋35.4g 脂22.1g 塩2.3g
<b>麺 ランチ</b>	<b>肉玉あんかけ うどん</b> 巾着の煮物 761kcal 蛋24.1g 脂26.0g 塩4.2g	<b>とろろきしめん</b> 白身魚フライ 625kcal 蛋21.2g 脂10.1g 塩4.1g	<b>高菜 豚骨ラーメン</b> 焼売 678kcal 蛋26.7g 脂15.3g 塩4.4g	<b>えび天うどん</b> がんもの煮物 662kcal 蛋20.8g 脂16.7g 塩4.5g	<b>五目あんかけ 焼きそば</b> つみれの煮物 640kcal 蛋19.8g 脂14.6g 塩4.9g	<b>カレーきしめん</b> 温泉卵 726kcal 蛋25.8g 脂22.6g 塩4.4g
<b>共通 小鉢</b>	ひじきサラダ わらびもち 麦ごはん 清まし汁	ほうれん草のお浸し 抹茶プリン ごはん 味噌汁	塩昆布和え パインムース ごはん 味噌汁	もやしの酢の物 マンゴーヨーグルト ごはん 中華風クリームスープ	コールスローサラダ ピーチゼリー 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 きのご飯 キャベツと桜えびの塩麹スープ

【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 5月15日	火 5月16日	水 5月17日	木 5月18日	金 5月19日	土 5月20日
<b>A ランチ</b>	<b>カレーのみぞれ煮</b> ほうれん草のがり炒め 697kcal 蛋28.0g 脂24.7g 塩2.5g	<b>白身魚のピカタ オーロラソース</b> 蓮根のそぼろ煮 736kcal 蛋29.3g 脂21.5g 塩2.2g	<b>ブリの唐揚げ 葱レモンソース</b> こんにゃくのピリ辛炒め煮 743kcal 蛋28.5g 脂28.1g 塩2.3g	<b>さわらの 黄身焼き</b> にらもやし炒め 655kcal 蛋30.6g 脂20.6g 塩2.3g	<b>赤魚の 甘酢あんかけ</b> 冬瓜と海老の煮物 658kcal 蛋29.3g 脂12.5g 塩2.1g	<b>穴子天井</b> 切昆布の煮物 696kcal 蛋18.9g 脂22.4g 塩2.4g
<b>B ランチ</b>	<b>チキンの コーンマヨ焼き</b> 里芋の煮っころがし 749kcal 蛋27.1g 脂30.7g 塩2.3g	<b>青椒肉絲</b> 茄子の揚げ煮 675kcal 蛋23.6g 脂21.1g 塩2.4g	<b>鶏肉と大根の 照り煮</b> アスパラのツナソテー 635kcal 蛋31.9g 脂16.6g 塩2.1g	<b>豚ヒレカツ</b> ごぼうの胡麻煮 665kcal 蛋23.2g 脂17.4g 塩2.4g	<b>ポークブラウン シチュー</b> ブロッコリーのパプリカ風味炒め 781kcal 蛋28.0g 脂28.1g 塩2.5g	<b>チキンの ポテト焼き</b> チンゲン菜のオイスター炒め 771kcal 蛋27.9g 脂32.0g 塩2.3g
<b>C ランチ</b>	<b>貧血</b> <b>彩りカラフル レバニラ炒め</b> 里芋の煮っころがし 678kcal 蛋29.7g 脂17.8g 塩2.4g	<b>抗酸化</b> <b>ハマチのにんにく 醤油焼き</b> 茄子の揚げ煮 722kcal 蛋26.3g 脂25.6g 塩1.8g	<b>骨 塩麹 豆腐ハンバーグ</b> アスパラのツナソテー 716kcal 蛋28.8g 脂24.3g 塩2.3g	<b>免疫力</b> <b>けんちん汁-和風豆乳 きのこソース</b> ごぼうの胡麻煮 669kcal 蛋34.7g 脂15.3g 塩2.1g	<b>脳活性</b> <b>サバのソテー ラタトゥイソース</b> ブロッコリーのパプリカ風味炒め 732kcal 蛋31.3g 脂24.7g 塩2.2g	<b>整腸</b> <b>タラのピリ辛 キムチ煮</b> チンゲン菜のオイスター炒め 623kcal 蛋29.7g 脂16.4g 塩2.4g
<b>麺 ランチ</b>	<b>にしんそば</b> 大根と半平の煮物 742kcal 蛋28.5g 脂12.5g 塩4.8g	<b>鶏南蛮うどん</b> キャベツと筍の味噌炒め 615kcal 蛋22.3g 脂15.2g 塩4.2g	<b>あんかけパスタ</b> ホタテ風味フライ 782kcal 蛋27.1g 脂23.9g 塩4.5g	<b>あおさ香る 醤油ラーメン</b> 肉団子の甘酢だれ 641kcal 蛋24.2g 脂11.3g 塩4.8g	<b>梅とろろ昆布 そば</b> 信田の煮物 690kcal 蛋23.7g 脂15.4g 塩3.9g	<b>肉おろしうどん</b> キャベツの塩昆布炒め 706kcal 蛋19.9g 脂24.8g 塩4.1g
<b>共通 小鉢</b>	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 りんご酢ゼリー 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 菜飯 若竹汁	焼きなす パンナコッタ 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

西山病院未来型デイケア

	月 5月22日	火 5月23日	水 5月24日	木 5月25日	金 5月26日	土 5月27日
<b>Aランチ</b>	<b>白身魚のカレームニエル</b> なすの煮浸し 674kcal 蛋23.4g 脂22.6g 塩2.2g	<b>メバルの煮付け</b> 南瓜のチーズ焼き 656kcal 蛋31.8g 脂16.2g 塩2.3g	<b>海老フライ</b> ひじきの煮付 652kcal 蛋17.8g 脂20.5g 塩2.5g	<b>白身魚の香草パン粉焼き</b> さつまいもとりんごの甘煮 668kcal 蛋25.6g 脂13.3g 塩2.3g	<b>赤魚の揚げ煮</b> 金平ごぼう 725kcal 蛋26.7g 脂19.2g 塩2.4g	<b>あじの南蛮漬け</b> ツナじゃが 698kcal 蛋29.9g 脂14.8g 塩2.2g
<b>Bランチ</b>	<b>鶏肉のさっぱりマリネ</b> 蓮根のおかか煮 758kcal 蛋31.6g 脂22.1g 塩2.0g	<b>豚肉の塩ダレ炒め</b> ミモザサラダ 726kcal 蛋22.0g 脂28.9g 塩1.8g	<b>チキンステーキ</b> マカロニサラダ 668kcal 蛋23.9g 脂21.3g 塩2.3g	<b>豚肉と野菜のポトフ</b> キャベツのﾊﾟﾊﾟﾝﾁｰﾝ風炒め 664kcal 蛋25.5g 脂22.5g 塩2.1g	<b>鶏肉の柚子胡椒焼き</b> 南瓜のいとこ煮 734kcal 蛋26.7g 脂20.0g 塩2.4g	<b>さくさくメンチカツ</b> にんじんしりしり 760kcal 蛋23.3g 脂24.9g 塩2.5g
<b>Cランチ</b>	<b>整腸</b> <b>野菜ゴロゴロ! 腸活カレー</b> 蓮根のおかか煮 681kcal 蛋16.1g 脂12.9g 塩3.0g	<b>整腸</b> <b>ﾌﾟﾘﾌﾟﾘﾋﾞｶ! 腸活カレー</b> ミモザサラダ 735kcal 蛋20.4g 脂16.4g 塩3.4g	<b>整腸</b> <b>揚げ茄子! 腸活カレー</b> マカロニサラダ 747kcal 蛋15.5g 脂22.5g 塩2.8g	<b>整腸</b> <b>腸活! トマトカレー</b> キャベツのﾊﾟﾊﾟﾝﾁｰﾝ風炒め 630kcal 蛋17.3g 脂13.1g 塩2.8g	<b>整腸</b> <b>腸活! ハンバーグカレー</b> 南瓜のいとこ煮 729kcal 蛋17.4g 脂12.1g 塩3.3g	<b>整腸</b> <b>ﾊﾟﾘﾊﾟﾘﾁｷﾝ! 腸活カレー</b> にんじんしりしり 756kcal 蛋25.2g 脂23.3g 塩3.2g
<b>麺ランチ</b>	<b>山菜そば</b> 里芋のそばろあんかけ 638kcal 蛋24.1g 脂9.8g 塩4.1g	<b>京風きしめん</b> 厚揚げと白菜の煮浸し 688kcal 蛋29.2g 脂18.6g 塩4.0g	<b>きつねうどん</b> ちくわの磯辺揚げ 602kcal 蛋16.6g 脂12.8g 塩4.6g	<b>かき揚げうどん</b> ふろふき大根 705kcal 蛋15.9g 脂22.0g 塩4.6g	<b>とろろそば</b> 厚揚げのオイスター炒め 678kcal 蛋21.3g 脂10.4g 塩3.3g	<b>味噌ラーメン</b> 豚キムチ炒め 672kcal 蛋24.1g 脂14.9g 塩4.0g
<b>共通小鉢</b>	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	はりはり漬け あんみつ ごはん 味噌汁	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 チョコレートババロア 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。

	月 5月29日	火 5月30日	水 5月31日	木	金	土
<b>A ランチ</b>	<b>かにあんかけ炒飯</b> 焼きようざ 666kcal 蛋20.4g 脂16.8g 塩2.6g	<b>カレーの味噌焼き</b> 五目豆 730kcal 蛋28.0g 脂25.4g 塩2.3g	 <p><b>シェフ監修</b></p> <p>小林料理長による メニールの提供</p> 			
<b>B ランチ</b>	<b>豚肉のプルコギ</b> えびチリ豆腐 714kcal 蛋20.8g 脂27.9g 塩2.0g	<b>鶏肉の治部煮</b> 筍とじゃこの山椒炒め 671kcal 蛋25.8g 脂16.2g 塩2.1g				
<b>C ランチ</b>	<b>脳活性</b> <b>さばの竜田揚げ</b> えびチリ豆腐 728kcal 蛋28.7g 脂27.2g 塩1.9g	<b>貧血</b> <b>厚揚げの肉巻角煮風</b> 筍とじゃこの山椒炒め 754kcal 蛋26.2g 脂29.8g 塩2.3g				
<b>麺 ランチ</b>	<b>きしめん</b> 蓮根の挟み揚げ 617kcal 蛋15.3g 脂14.2g 塩4.1g	<b>焼きうどん</b> 里芋の味噌煮 672kcal 蛋18.1g 脂22.0g 塩3.0g				
<b>共通 小鉢</b>	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 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。

2023年5月



# Monthly Menu

西山病院未来型ダイケア

月	火	水	木	金	土
1日	2日	3日	4日	5日	6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
8日	9日	10日	11日	12日	13日
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	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
15日	16日	17日	18日	19日	20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
22日	23日	24日	25日	26日	27日
さごしの山椒焼き 699kcal	鶏肉の西京焼き 611kcal	豚肉の生姜焼き 668kcal	すき焼き煮 614kcal	さばの塩焼き 588kcal	カレイの幽庵焼き 572kcal
29日	30日	31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			

■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。