

2024年4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
8日	9日	10日	11日	12日	13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	さわらの塩麴焼き 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
15日	16日	17日	18日	19日	20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	コロツケ盛り合わせ 670kcal	鶏肉のチリソース炒め 631kcal	たらのポテトチーズ焼き 618kcal
22日	23日	24日	25日	26日	27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
29日	30日				
たらのパン粉焼き 571kcal	ブリの照り焼き 610kcal				

お持ち帰り弁当 前日の15時までにご予約をお願い致します。1食500円

■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 4月1日	火 4月2日	水 4月3日	木 4月4日	金 4月5日	土 4月6日
<b>A ランチ</b>	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 697kcal 蛋27.6g 脂18.4g 塩2.5g	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
<b>B ランチ</b>	ジューシー ハンバーグカレー 小松菜の塩炒め 639kcal 蛋14.3g 脂17.1g 塩3.2g	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 707kcal 蛋21.5g 脂26.4g 塩2.5g	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 もやしのピリ辛炒め 777kcal 蛋26.5g 脂27.5g 塩1.8g	チキンカツ キャベツの煮浸し 676kcal 蛋29.0g 脂17.6g 塩2.3g
<b>C ランチ</b>	<b>免疫力</b> チキンピカタ 小松菜の塩炒め 740kcal 蛋34.3g 脂22.1g 塩2.2g	<b>貧血</b> 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	<b>骨</b> 擬製豆腐 蓮根のおかか煮 715kcal 蛋33.5g 脂21.7g 塩2.4g	<b>脳活性</b> 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2.5g	<b>整腸</b> 白身魚の アーモンドフライ もやしのピリ辛炒め 755kcal 蛋30.0g 脂23.7g 塩1.7g	<b>抗酸化</b> 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
<b>麺 ランチ</b>	カレーうどん 温泉卵 787kcal 蛋25.2g 脂29.3g 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 643kcal 蛋25.8g 脂14.9g 塩3.8g	チャンポン麺 えび焼売 688kcal 蛋26.1g 脂16.0g 塩4.9g	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	ぶっかけうどん がんもの煮物 579kcal 蛋15.9g 脂10.1g 塩4.2g
<b>共通 小鉢</b>	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 たけのこご飯 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

西山病院未来型デイケア



	月 4月8日	火 4月9日	水 4月10日	木 4月11日	金 4月12日	土 4月13日
<b>A ランチ</b>	<b>赤魚の揚げだし</b> 鶏そぼろ蓮根 683kcal 蛋27.3g 脂16.2g 塩2.1g	<b>白身魚フライカレー</b> さつま芋サラダ 721kcal 蛋14.1g 脂19.8g 塩2.7g	<b>柚子の香りのばら寿司</b> ごぼうの甘辛煮 614kcal 蛋18.7g 脂9.5g 塩2.4g	<b>白身魚の磯辺揚げ</b> もやしとにらの炒め物 693kcal 蛋28.3g 脂21.1g 塩2.3g	<b>天津飯</b> チンゲン菜の炒め煮 657kcal 蛋16.3g 脂18.5g 塩2.8g	<b>たらの明太ソースがけ</b> 白菜の中華煮 664kcal 蛋29.2g 脂20.7g 塩2.4g
<b>B ランチ</b>	<b>チキンのピザ焼き</b> 大根といかの煮物 669kcal 蛋29.6g 脂20.1g 塩2.2g	<b>黒酢酢豚</b> 洋風炒め 735kcal 蛋25.8g 脂23.9g 塩2.6g	<b>トルコライス</b> ごぼうの甘辛煮 795kcal 蛋27.3g 脂25.8g 塩2.8g	<b>ハンバーグの照り焼きソース</b> ふきの土佐煮 642kcal 蛋20.7g 脂19.3g 塩2.5g	<b>鶏肉のみぞれ煮</b> ブロッコリーのカレーソテー 738kcal 蛋27.1g 脂23.7g 塩2.3g	<b>ヤンニョムチキン</b> インゲンとベーコンの炒め物 772kcal 蛋27.5g 脂30.6g 塩2.5g
<b>C ランチ</b>	<b>骨</b> <b>豚肉と厚揚げの味噌炒め</b> 大根といかの煮物 733kcal 蛋27.6g 脂30.0g 塩2.3g	<b>貧血</b> <b>鮭のハニーマスタード焼き</b> 洋風炒め 687kcal 蛋29.9g 脂22.1g 塩2.2g		<b>整腸</b> <b>鶏肉のヨーグルト味噌焼き</b> ふきの土佐煮 656kcal 蛋25.5g 脂23.5g 塩2.2g	<b>貧血</b> <b>ブリの竜田揚げ香味だれかけ</b> ブロッコリーのカレーソテー 783kcal 蛋29.0g 脂28.8g 塩2.5g	<b>抗酸化</b> <b>ポークステーキ赤ワインデミソース</b> インゲンとベーコンの炒め物 698kcal 蛋26.1g 脂27.4g 塩2.0g
<b>麺 ランチ</b>	<b>温玉キムチきしめん</b> がんもの煮物 676kcal 蛋24.4g 脂20.6g 塩4.2g	<b>山菜おろしそば</b> ちくわの2色天ぷら 684kcal 蛋23.2g 脂13.2g 塩4.0g		<b>きつねそば</b> じゃが芋のじゃこバター炒め 629kcal 蛋20.7g 脂11.1g 塩3.6g	<b>いか天うどん</b> 野菜つみれの煮物 667kcal 蛋20.3g 脂11.4g 塩5.3g	<b>豚骨しょうゆラーメン</b> 春巻き 823kcal 蛋28.2g 脂23.8g 塩5.7g
<b>共通 小鉢</b>	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 ごはん 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 十五穀米 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 4月15日	火 4月16日	水 4月17日	木 4月18日	金 4月19日	土 4月20日
<b>A ランチ</b>	<b>鮭の西京焼き</b>  信田の煮物 620kcal 蛋30.3g 脂10.4g 塩2.6g	<b>あじの唐揚げ 生姜あんかけ</b>  なすのトマト煮 728kcal 蛋30.5g 脂21.4g 塩2.5g	<b>白身魚の 照り焼き</b>  ツナソテー 595kcal 蛋28.8g 脂13.3g 塩2.5g	<b>きのこ たっぷりカレー</b>  切干大根の炒め物 640kcal 蛋13.4g 脂18.5g 塩2.6g	<b>イカの 甘酢あんからめ</b>  さつまいものレモン煮 706kcal 蛋17.5g 脂11.7g 塩2.0g	<b>さばのおろし煮</b>  竹輪とキムチの炒め物 640kcal 蛋29.1g 脂17.9g 塩2.5g
<b>B ランチ</b>	<b>タンドリー ポーク</b>  金平大根 712kcal 蛋23.3g 脂27.6g 塩2.2g	<b>チーズ牛丼</b>  ビーフソテー 716kcal 蛋19.5g 脂23.5g 塩2.5g	<b>煮込み ハンバーグ</b>  ジャガ芋の白煮 649kcal 蛋22.9g 脂14.4g 塩2.6g	<b>チキンの ミートソース焼き</b>  がんもの煮物 729kcal 蛋28.7g 脂26.7g 塩2.3g	<b>きのこたっぷり ポークシチュー</b>  ごぼうの味噌煮 673kcal 蛋25.3g 脂20.1g 塩2.4g	<b>揚げ豆腐の 肉味噌かけ</b>  小松菜と干し海老の炒め煮 760kcal 蛋29.4g 脂26.6g 塩2.2g
<b>C ランチ</b>	<b>貧血</b>  <b>いわしフライ</b>  金平大根 775kcal 蛋23.9g 脂26.2g 塩2.5g	<b>骨</b>  <b>肉団子と 春野菜の豆乳煮</b>  ビーフソテー 697kcal 蛋20.9g 脂16.0g 塩2.5g	<b>脳活性</b>  <b>揚げ鶏のフルツト マトリソース</b>  ジャガ芋の白煮 752kcal 蛋26.0g 脂24.5g 塩2.3g	<b>免疫力</b>  <b>さわらの 昆布茶風味焼き</b>  がんもの煮物 648kcal 蛋29.0g 脂21.0g 塩2.3g	<b>抗酸化</b>  <b>ハマチの ごま焼き</b>  ごぼうの味噌煮 667kcal 蛋27.0g 脂20.0g 塩1.9g	<b>整腸</b>  <b>豚肉の 塩麹グリル</b>  小松菜と干し海老の炒め煮 671kcal 蛋25.1g 脂22.2g 塩2.2g
<b>麺 ランチ</b>	<b>鶏南蛮そば</b>  南瓜サラダ 712kcal 蛋24.3g 脂13.7g 塩3.2g	<b>きつねきしめん</b>  蓮根の挟み揚げ 654kcal 蛋16.4g 脂15.7g 塩4.2g	<b>クリーミー坦々 うどん</b>  若竹煮 692kcal 蛋25.3g 脂20.8g 塩3.7g	<b>豚肉と椎茸の とろみそば</b>  炒り豆腐 736kcal 蛋25.9g 脂21.0g 塩3.4g	<b>まろやか白味噌 ラーメン</b>  揚げ餃子 707kcal 蛋23.9g 脂14.0g 塩4.2g	<b>鶏塩うどん</b>  厚揚げの味噌炒め 658kcal 蛋26.9g 脂17.9g 塩5.1g
<b>共通 小鉢</b>	<b>もずくの酢の物</b> <b>フルーツ杏仁</b> <b>菜飯</b> <b>清まし汁</b>	<b>小松菜のお浸し</b> <b>わらびもち</b> <b>ごはん</b> <b>味噌汁</b>	<b>オクラのなめ茸和え</b> <b>フルーツヨーグルト</b> <b>ごはん</b> <b>味噌汁</b>	<b>生姜酢和え</b> <b>ベリームース</b> <b>ごはん</b> <b>カレースープ</b>	<b>水菜の和風サラダ</b> <b>あんみつ</b> <b>ごはん</b> <b>春雨中華スープ</b>	<b>とろろ</b> <b>ピーチゼリー</b> <b>麦ごはん</b> <b>清まし汁</b>

【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 4月22日	火 4月23日	水 4月24日	木 4月25日	金 4月26日	土 4月27日
<b>A ランチ</b>	<b>天ぷら</b>  里芋のバター醤油炒め 686kcal 蛋19.4g 脂19.7g 塩2.1g	<b>しらす丼</b> ほうれん草のカレーソテー 602kcal 蛋33.1g 脂12.9g 塩2.6g	<b>たらの アクアパッツァ</b>  れんこんの煮物 601kcal 蛋26.5g 脂12.8g 塩2.7g	<b>赤魚の薯蕷蒸し</b> 五目さっぱり金平 627kcal 蛋31.7g 脂10.6g 塩2.6g	<b>穴子いくら ちらし寿司</b>  筍とこんにゃくの煮物 676kcal 蛋23.4g 脂10.7g 塩2.4g	<b>メカジキフルツユ トマトソース</b>  茄子の揚げ浸し 754kcal 蛋29.1g 脂32.2g 塩2.2g
<b>B ランチ</b>	<b>トリ17香るきのこ クリームハンバーグ</b>  里芋のバター醤油炒め 806kcal 蛋26.4g 脂24.9g 塩3.2g	<b>ふわっとろ オムライス</b>  ほうれん草のカレーソテー 642kcal 蛋19.9g 脂20.6g 塩2.8g	<b>炙り焼き豚葱 ソース</b> れんこんの煮物 696kcal 蛋24.9g 脂26.2g 塩2.4g	<b>ビーフステーキ ソースマデラ</b>  五目さっぱり金平 774kcal 蛋33.9g 脂30.4g 塩2.4g	<b>ロコモコ丼</b> 筍とこんにゃくの煮物 657kcal 蛋34.0g 脂23.0g 塩2.9g	<b>チキングリル バルサミコソース</b>  茄子の揚げ浸し 814kcal 蛋27.0g 脂34.5g 塩2.2g
<b>C ランチ</b>						
<b>麺 ランチ</b>						
<b>共通 小鉢</b>	マカロニサラダ レモンゼリー ごはん 味噌汁	きのこのマリネ プリン 味噌汁 ごはん	オクラの梅和え 杏仁豆腐 ごはん 清まし汁	菜花のお浸し バナナフルーチェ ごはん 味噌汁	うの花 バニラババロア かき玉汁	しらす和え 黒ごまプリン 中華スープ ごはん

【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 4月29日	火 4月30日	水	木	金	土
<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>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 740kcal 蛋30.0g 脂28.6g 塩2.3g				
<b>C ランチ</b>	<b>整腸</b> <b>チキンのチーズ焼き 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 おろしぽん酢かけ</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>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>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				

【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。