

# メディカルパーク湘南バースケア メニュー一覧



日付	11月6日	11月7日	11月8日	11月9日	11月10日	11月11日	11月12日	11月13日	11月14日	11月15日		
日付	11月16日	11月17日	11月18日	11月19日	11月20日	11月21日	11月22日	11月23日	11月24日	11月25日		
日付	11月26日	11月27日	11月28日	11月29日	11月30日	12月1日	12月2日	12月3日	12月4日	12月5日		
日付	12月6日	12月7日	12月8日	12月9日	12月10日	12月11日	12月12日	12月13日	12月14日	12月15日		
朝食	<b>こだわりご飯の和朝食</b> <b>焼き魚</b> 高野豆腐の含め煮 白菜の昆布和え 味噌汁・ジュース ご飯のお供(米職人) 米職人の御飯	<b>にっこり幸せ朝ごはん</b> りんご風味のフレンチトースト ハムと野菜の盛り合わせ <b>果物</b> <b>スープ</b> ハーブティー	<b>免疫力UP! 元氣ごはん</b> <b>焼き魚</b> 里芋とごぼうの煮物 きゅうりと油揚げの胡麻酢和え <b>漬物</b> 味噌汁・御飯 ジュース	<b>ビタミンたっぷり モーニング</b> オープンオムレツ(ココット風) <b>サラダ</b> フルーツヨーグルト ポトフ風スープ 焼き立てパン	<b>こだわりご飯の和朝食</b> <b>焼き魚</b> 野菜の卵とじ おかか和え 味噌汁・ジュース ご飯のお供(米職人) 米職人の御飯	<b>にっこり幸せ朝ごはん</b> はちみつきなこトースト ハム・ウィンナー盛り合わせ フルーツヨーグルト <b>スープ</b> ハーブティー	<b>免疫力UP! 元氣ごはん</b> <b>焼き魚</b> 厚揚げといんげんの炒め煮 かぶとレモンの甘酢和え <b>煮豆</b> 味噌汁・御飯 ジュース	<b>ビタミンたっぷり モーニング</b> ス克蘭ブルエッグ <b>温野菜サラダ</b> <b>果物</b> 野菜入りマトスープ 焼き立てパン	<b>こだわりご飯の和朝食</b> <b>焼き魚</b> 大根とさつま揚げの煮物 青菜のわさび和え 味噌汁・ジュース ご飯のお供(米職人) 米職人の御飯	<b>免疫力UP! 元氣ごはん</b> <b>セルフサンド</b> グラノーラヨーグルト コーンチャウダー		
	昼食	<b>真似してほしい おうちごはん</b> ビーフペッパーライス ブロッコリーソテー アーモンド入りロールスーパ <b>果物</b> <b>スープ</b>	<b>まごわやさしい 母乳御膳</b> 魚のくのみ味噌焼き 厚揚げとしめじのおろし煮 寒天の和え物 <b>デザート</b> すまし汁 さつま芋と昆布の炊き込み御飯	<b>お楽しみミニ井 Lunch</b> ローストビーフ丼 <b>ミニうどん</b> 水菜のサラダ <b>デザート</b>	<b>おいしく補う鉄分たっぷりメニュー</b> <b>揚げない酢豚 春巻き</b> 小松菜とあさりの和え物 <b>デザート</b> 中華スープ 御飯	<b>カフェ風パスタ Lunch</b> きのことごぼうのバター醤油パスタ シーザーサラダwithチキン <b>果物</b> <b>スープ</b>	<b>まごわやさしい 母乳御膳</b> 魚の大葉味噌からめ焼き 豚肉とピーマンの炒め物 <b>甘酢和え</b> <b>果物</b> けんちん汁 わかめご飯	<b>美腸活Lunch</b> 豚肉のデミタスのソース お芋とれんこんのデリソテー 塩麹ドレッシングサラダ <b>果物</b> <b>スープ</b> 葱ライス	<b>本格インドカレー Lunch</b> <b>サグカレー</b> かぼちゃのサブジ風 <b>ミックスサラダ</b> <b>果物</b>	<b>世界旅行気分♪ アジアンツアー</b> 台湾まぜそば 大鶏排(ダージーバイ) レタスとワカメのサラダ <b>デザート</b> 中華スープ	<b>身体の中からスッキリ♪ デトックスメニュー</b> 魚と根菜の甘辛ソース 鶏肉とさつま芋の煮物 トマトときゅうりの塩麹和え <b>果物</b> <b>味噌汁</b> 雑穀ごはん	
		夕食	<b>和御膳</b> 魚の利休焼き 豚肉とれんこんの梅重ね和え 厚焼き卵・果物 えのきのたらこ和え <b>お吸い物</b> 御飯	<b>世界旅行気分♪ アジアンツアー</b> タッカンジョン <b>海鮮チヂミ</b> 青菜のナムル <b>果物</b> 韓国風わかめスープ 御飯	<b>カルシウム強化 ごはん</b> 魚の柚子胡椒風味きのこパスタソース <b>揚げだし豆腐</b> 切干大根のツナマヨサラダ <b>果物</b> 味噌ミルクスープ 御飯	<b>先輩ママのお墨付き 人気デザート</b> チキンのハニーマスタードソース 魚介のトマトソース煮 サラダ・ドウ・セゾン <b>果物</b> <b>スープ</b> 御飯	<b>秋の旬菜御膳</b> 豚肉の香味焼き 大根のべっこうあん仕立て 長芋のゆかり胡麻和え <b>デザート</b> <b>お吸い物</b> こぎつねご飯	<b>和御膳</b> とり天(大分県郷土料理) 魚のはちみつ照り焼き がんもの煮物・果物 青菜となめこのおろし和え <b>お吸い物</b> 御飯	<b>秋の旬菜 中華御膳</b> 鶏肉と茄子のオイ味噌炒め <b>点心</b> 海藻中華サラダ <b>デザート</b> 生姜風味の中華スープ 御飯	<b>カルシウム強化 ごはん</b> 魚のセサミフライ豆腐タルソース <b>イカのソテー</b> トマトの蜂蜜サラダ <b>デザート</b> <b>スープ</b> 御飯	<b>おいしく補う鉄分たっぷりメニュー</b> ハッシュドビーフ きのごソテー ささみとひじきのサラダ <b>果物</b> <b>スープ</b>	<b>和のお夕御膳</b> ちらし寿司 なすと挽き肉の味噌炒め 青菜の煮浸し <b>デザート</b> <b>お吸い物</b>



2024秋

クリスマスや節分などの行事特別メニューや季節毎にメニュー切り替えがございます。行事食や、メニュー切り替えのタイミングで、メニューと日程が異なる場合があります。予めご了承ください。