

# メディカルパーク湘南バースケア メニュー一覧



日付	12月16日	12月17日	12月18日	12月19日	12月20日	12月21日	12月22日	12月23日	12月24日	12月25日		
日付	12月26日	12月27日	12月28日	12月29日	12月30日	12月31日	1月1日	1月2日	1月3日	1月4日		
日付	1月5日	1月6日	1月7日	1月8日	1月9日	1月10日	1月11日	1月12日	1月13日	1月14日		
日付	1月15日	1月16日	1月17日	1月18日	1月19日	1月20日	1月21日	1月22日	1月23日	1月24日		
朝食	<b>こだわりご飯の和朝食</b> 焼き魚 ひじきの煮物 大根の胡麻酢和え 味噌汁・ジュース 米職人の御飯 ご飯のお供(米職人)	にっこり幸せ朝ごはん ハニートースト ボイルウィンナー ミックスサラダ ヨーグルト スープ ハーブティー	免疫力UP! 元気ごはん 焼き魚 白滝とさつま揚げの煮物 長芋の生姜醤油和え 納豆・ジュース 味噌汁 御飯	ビタミンたっぷり モーニング スパニッシュオムレツ 温野菜サラダ スープ フルーツヨーグルト 焼き立てパン	こだわりご飯の和朝食 焼き魚 高野豆腐の含め煮 青菜の胡麻和え 味噌汁・ジュース 米職人の御飯 ご飯のお供(米職人)	にっこり幸せ朝ごはん カフェオレフレンチトースト ハムと野菜の盛り合わせ 果物 スープ ハーブティー	免疫力UP! 元気ごはん 焼き魚 がんもどきと人参の煮物 きこの塩昆布和え 漬物・ジュース 味噌汁 御飯	ビタミンたっぷり モーニング 野菜とウィンナーのホットサラダ フルーツヨーグルト 根菜と生薬のデトックススープ 焼き立てパン	こだわりご飯の和朝食 焼き魚 竹輪の五目煮 きやべつこのレモン和え 味噌汁・ジュース 米職人の御飯 ご飯のお供(米職人)	免疫力UP! 元気ごはん セルフサンド グラノーラヨーグルト トマトクリームチャウダー		
	昼食	真似してほしい おうちごはん ビーフペッパーライス きこのトマトソテー アーモンド入りコロスロサラダ 果物 スープ	まごわやさしい 母乳御膳 魚のごまだれ焼き 厚揚げとしめじのおろし煮 寒天の和え物 果物 味噌汁 さつま芋と昆布の炊き込み御飯	お楽しみミニ井 ランチ ローストビーフ丼 ミニうどん デザート	おいしく補う 鉄分たっぷりメニュー 大根と豚肉の中華煮 春巻き 青菜とあさりの和え物 デザート 中華スープ 御飯	カフェ風パスタ ランチ チキンのトマトクリームパスタ ごろごろ野菜と金平のサラダ 果物 スープ	まごわやさしい 母乳御膳 サバの難波焼き 豆腐の肉味噌かけ 甘酢和え 果物 のっぺい汁 わかめご飯	腸活&温補 Lunch 鶏肉の塩麹みそマト煮込み じゃが芋のチーズ焼き ジンジャー根菜蒸し デザート スープ 御飯	本格インドカレー ランチ サグカレー かぼちゃのサブジ風 ミックスサラダ 果物	ご当地麺Lunch ~長崎~ 長崎風ちゃんぽん麺 シュウマイ レタスとワカメのサラダ デザート	身体の中からスッキリ デトックスメニュー 魚と根菜の甘辛ソース ぐずし豆腐のきのこあん 海藻と長芋の和風サラダ 果物 味噌汁 雑穀ごはん	
		夕食	和御膳 魚のねぎ味噌マヨチーズ焼き 豚肉のロースト・厚焼き卵 野菜のわさびポン酢和え 果物 お吸い物 御飯	世界旅行気分♪ ヨーロッパツアー スウェーデンミートボール えびのガーリック炒め フロッキーのホットサラダ デザート スープ 人参ライス	カルシウム強化 ごはん シーフードみそチャウダー 鶏肉とかぼちゃのチーズ焼き じゃこと大根のサラダ 果物 ブイヨンライス	先輩ママのお慶び デイナー 鶏の唐揚げ バセリ風味 れんこんのソテー キャロットラペ 果物 スープ 御飯	冬の旬菜御膳 豚肉の生姜焼き ニラ玉 デザート 味噌汁 雑穀ごはん	和御膳 魚のはちみつ照り焼き 鶏肉の和風ソース仕立て 揚げ羊のべつ甲鯨かけ 白菜とツナのサラダ・果物 味噌汁 御飯	和のお夕御膳 ちらし寿司 大根の味噌炒め 青菜のお浸し 果物 お吸い物	カルシウム強化 ごはん 魚の甘酢おろし 豚肉と野菜の金平 切干大根と極えびのどり辛和え 果物 味噌ミルクスープ 御飯	おいしく補う 鉄分たっぷりメニュー 牛肉のジンジャービュレース じゃが芋のトルティージャ ほうれん草と豆のツナサラダ 果物 スープ 御飯	冬の旬菜 中華御膳 鶏チリ 白菜の中華炒め 温野菜の中華風胡麻タレ デザート 中華スープ 御飯

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。

