（カロリー1600kcal管理食）週間献立表

	4月18日（月）			4月19日（火）			4月20日（水）			4月21日（木）			4月22日（金）		
朝食	★ごはん150g			★ごはん150g			★ごはん150g			★ごはん150g			★ごはん150g		
	オムレツ		卵麦	肉詰いなり煮		卵麦	豚肉と野菜の生姜炒め		麦	厚焼玉子		卵麦	肉団子と白菜の煮物		卵乳麦
	ケチャップ（小袋）			スープキャベツ		乳麦	白菜と挽肉の旨煮		麦	牛肉とひじきの炒め煮		麦	レンコンとフキの煮物		麦
	ひじきとベーコンの煮物		卵乳麦	鶏肉とオクラの中華風		麦	南瓜とツナのサラダ		卵乳麦	大根と青菜の柚子和え		麦	キャベツと鶏肉の甘酢生姜和え		麦
	高野豆腐の味噌煮		卵麦	★味噌汁（巻麩・しめじ）		麦	★すまし汁（えのき・おつゆ麩）		麦	★すまし汁（椎茸・豆腐）		麦	★すまし汁（錦糸玉子・えのき）		卵麦
	★味噌汁（揚げ・小松菜）														
		おかず	ご飯セット		おかず	ご飯セット		おかず	ご飯セット		おかず	ご飯セット		おかず	ご飯セット
	エネルギー	170kcal	438kcal	エネルギー	144kcal	406kcal	エネルギー	201kcal	457kcal	エネルギー	176kcal	430kcal	エネルギー	117kcal	376kcal
	たんぱく質	11.2g	17.2g	たんぱく質	10.8g	16.5g	たんぱく質	11.2g	16.4g	たんぱく質	7.8g	12.9g	たんぱく質	6.9g	12.1g
	脂質	8.7g	10.3g	脂質	6.6g	7.5g	脂質	10.6g	11.3g	脂質	10.3g	11.1g	脂質	3.7g	5.0g
	炭水化物	11.4g	66.5g	炭水化物	11.0g	66.7g	炭水化物	15.9g	70.8g	炭水化物	13.6g	68.0g	炭水化物	14.6g	68.8g
	ナトリウム	671mg	900mg	ナトリウム	651mg	877mg	ナトリウム	595mg	742mg	ナトリウム	680mg	828mg	ナトリウム	580mg	745mg
	食塩相当量	1.7g	2.3g	食塩相当量	1.7g	2.2g	食塩相当量	1.5g	1.9g	食塩相当量	1.7g	2.1g	食塩相当量	1.5g	1.9g
昼食	★ごはん150g			★ごはん150g			★ごはん150g			★ごはん150g			★ごはん150g		
	ささみ大葉フライ		麦	カレイの甘酢野菜あんかけ		麦	マーボ豆腐		麦落	ロールキャベツの味噌煮込み		卵麦	鶏肉の韓国風炒め		麦落
	ピーマンソテー		卵乳麦	大豆とごぼうの味噌炒め		麦落	竹輪とインゲンの玉子とじ		卵麦	アスパラ			炒り豆腐		卵乳麦
	豚バラのすき焼き煮		麦	白菜の辛子柚子和え		麦	法蓮草ソテー		乳麦	鶏肉と小松菜煮		麦	ブロッコリーのゴマ和え		乳麦
	菜の花としめじの和え物		麦	★味噌汁（揚げ・なめこ）			★味噌汁（揚げ・白菜）			野菜の三杯酢		麦	★味噌汁（豆腐・巻麩）		麦
	★味噌汁（白菜・なめこ）									★味噌汁（若芽・巻麩）		麦			
		おかず	ご飯セット		おかず	ご飯セット		おかず	ご飯セット		おかず	ご飯セット		おかず	ご飯セット
	エネルギー	269kcal	525kcal	エネルギー	241kcal	507kcal	エネルギー	215kcal	482kcal	エネルギー	169kcal	431kcal	エネルギー	255kcal	522kcal
	たんぱく質	14.1g	19.2g	たんぱく質	17.9g	23.7g	たんぱく質	13.1g	18.9g	たんぱく質	14.1g	19.7g	たんぱく質	18.4g	24.3g
	脂質	13.9g	14.7g	脂質	10.8g	12.4g	脂質	9.3g	10.9g	脂質	4.9g	5.8g	脂質	12.6g	13.7g
	炭水化物	21.7g	76.6g	炭水化物	18.7g	73.6g	炭水化物	19.6g	74.6g	炭水化物	17.7g	73.4g	炭水化物	16.8g	72.7g
	ナトリウム	666mg	893mg	ナトリウム	619mg	845mg	ナトリウム	857mg	1084mg	ナトリウム	899mg	1145mg	ナトリウム	851mg	1078mg
	食塩相当量	1.7g	2.3g	食塩相当量	1.6g	2.1g	食塩相当量	2.2g	2.8g	食塩相当量	2.3g	2.9g	食塩相当量	2.2g	2.7g
間食	◎牛乳180g			◎牛乳180g			◎牛乳180g			◎牛乳180g			◎牛乳180g		
	◎りんご150g			◎バナナ90g			◎キウイフルーツ150g			◎グレープフルーツ200g			◎オレンジ200g		
夕食	★ごはん150g			★ごはん150g			★ごはん150g			★ごはん150g			★ごはん150g		
	サワラのごま醤油焼		麦	鶏肉のごま焼き		麦	白身魚みりん焼		麦	照焼チキン		麦	ブリの西京焼		
	人参グラッセ		乳麦	人参のきんぴら		麦	塩枝豆			ミックスソテー		乳麦	人参のきんぴら		麦
	鶏と蓮根のピリ辛煮		麦	ブロッコリーの玉子とじ		卵麦	豚肉とごぼうの甘辛煮		麦	和風ポトフ		乳麦	切干と挽肉のオイスター炒め		麦
	法蓮草と切干のおひたし		麦	菜の花のおひたし		麦	大根のマヨネーズ和え		卵乳麦	ひとくちがんも煮		麦	菜の花ときのこの和え物		麦
	★すまし汁（豆腐・えのき）		麦	★すまし汁（若芽・豆腐）		麦	★味噌汁（若芽・しめじ）			★味噌汁（白菜・人参）			★味噌汁（揚げ・キャベツ）		
		おかず	ご飯セット		おかず	ご飯セット		おかず	ご飯セット		おかず	ご飯セット		おかず	ご飯セット
	エネルギー	210kcal	464kcal	エネルギー	258kcal	512kcal	エネルギー	226kcal	481kcal	エネルギー	288kcal	545kcal	エネルギー	243kcal	511kcal
	たんぱく質	15.9g	21.0g	たんぱく質	19.5g	24.6g	たんぱく質	18.6g	23.8g	たんぱく質	18.7g	23.7g	たんぱく質	17.5g	23.4g
	脂質	10.4g	11.2g	脂質	14.0g	14.8g	脂質	11.3g	12.1g	脂質	16.7g	17.5g	脂質	11.8g	13.4g
	炭水化物	11.5g	65.7g	炭水化物	12.5g	66.9g	炭水化物	12.3g	67.1g	炭水化物	13.0g	68.0g	炭水化物	15.2g	70.5g
	ナトリウム	775mg	923mg	ナトリウム	715mg	883mg	ナトリウム	598mg	844mg	ナトリウム	616mg	844mg	ナトリウム	695mg	922mg
	食塩相当量	2.0g	2.3g	食塩相当量	1.8g	2.2g	食塩相当量	1.5g	2.1g	食塩相当量	1.6g	2.1g	食塩相当量	1.8g	2.3g
合計		おかず	ご飯セット		おかず	ご飯セット		おかず	ご飯セット		おかず	ご飯セット		おかず	ご飯セット
	エネルギー	649kcal	1427kcal	エネルギー	643kcal	1425kcal	エネルギー	642kcal	1420kcal	エネルギー	633kcal	1406kcal	エネルギー	615kcal	1409kcal
	たんぱく質	41.2g	57.4g	たんぱく質	48.2g	64.8g	たんぱく質	42.9g	59.1g	たんぱく質	40.6g	56.3g	たんぱく質	42.8g	59.8g
	脂質	33.0g	36.2g	脂質	31.4g	34.7g	脂質	31.2g	34.3g	脂質	31.9g	34.4g	脂質	28.1g	32.1g
	炭水化物	44.6g	208.8g	炭水化物	42.2g	207.2g	炭水化物	47.8g	212.5g	炭水化物	44.3g	209.4g	炭水化物	46.6g	212.0g
	ナトリウム	2112mg	2716mg	ナトリウム	1985mg	2605mg	ナトリウム	2050mg	2670mg	ナトリウム	2195mg	2817mg	ナトリウム	2126mg	2745mg
	食塩相当量	5.4g	6.9g	食塩相当量	5.1g	6.5g	食塩相当量	5.2g	6.8g	食塩相当量	5.6g	7.1g	食塩相当量	5.5g	6.9g
合計（間食込）	エネルギー	856kcal	1634kcal	エネルギー	841kcal	1623kcal	エネルギー	843kcal	1621kcal	エネルギー	830kcal	1603kcal	エネルギー	814kcal	1608kcal
	たんぱく質	47.3g	63.5g	たんぱく質	55.1g	71.7g	たんぱく質	50.3g	66.5g	たんぱく質	48.3g	64.0g	たんぱく質	50.7g	67.7g
	脂質	40.1g	43.3g	脂質	38.4g	41.7g	脂質	38.2g	41.3g	脂質	38.9g	41.4g	脂質	35.1g	39.1g
	炭水化物	76.5g	240.7g	炭水化物	71.1g	236.1g	炭水化物	76.7g	241.4g	炭水化物	72.1g	237.2g	炭水化物	74.8g	240.2g
	ナトリウム	2186mg	2790mg	ナトリウム	2059mg	2679mg	ナトリウム	2127mg	2747mg	ナトリウム	2271mg	2893mg	ナトリウム	2202mg	2821mg
	食塩相当量	5.6g	7.1g	食塩相当量	5.3g	6.7g	食塩相当量	5.4g	7.0g	食塩相当量	5.8g	7.3g	食塩相当量	5.7g	7.1g

※献立は予告無く変更することがあります。
※商品はチルド品なので喫食日まで冷蔵庫に入れて保管ください。
※お召上がりについて、商品は使用日に限してお召上がりください。
※「◎」は間食になります。間食はメニューを参考にして各家庭で御用意ください。

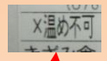
※本品は消費者庁許可の特別用途食品（病者用食品）ではありません。
※食事療法としてご利用する場合は事前に主治医にご相談ください。
※おかずのみの組合員様は★印のものは各家庭にて御用意ください。

お食事の作り方

①惣菜は全てチルドで
真空包装されています。
②ご利用までは冷蔵庫にて
保管します。

③温かく召上がるメニュー
は湯煎で温めます。又は
お皿に移してから、ラップ
をして電子レンジを
かけます

④冷たく召上がる
メニューはそのまま
開封して盛付けます。



このマーク
が目印

⑤ごはん、味噌汁と共に
器に盛り付けして
完了です。

ワンポイントアドバイス

●湯煎は水の状態から惣菜のパックを入れて
火をかけます。沸騰したら火を止めて
５～１０分程度保温して下さい。

●簡単な付け合わせを付けますと、よりきれいに
盛付ける事が出来ます。

（カロリー1440kcal管理食）週間献立表

	4月18日（月）			4月19日（火）			4月20日（水）			4月21日（木）			4月22日（金）		
朝食	★ごはん120g			★ごはん120g			★ごはん120g			★ごはん120g			★ごはん120g		
	オムレツ		卵麦	肉詰いなり煮		卵麦	豚肉と野菜の生姜炒め		麦	厚焼玉子		卵麦	肉団子と白菜の煮物		卵乳麦
	ケチャップ（小袋）			スープキャベツ		乳麦	白菜と挽肉の旨煮		麦	牛肉とひじきの炒め煮		麦	レンコンとフキの煮物		麦
	ひじきとベーコンの煮物		卵乳麦	鶏肉とオクラの中華風		麦	南瓜とツナのサラダ		卵乳麦	大根と青菜の柚子和え		麦	キャベツと鶏肉の甘酢生姜和え		麦
	高野豆腐の味噌煮		卵麦												
		おかず	ご飯セット		おかず	ご飯セット		おかず	ご飯セット		おかず	ご飯セット		おかず	ご飯セット
	エネルギー	170kcal	363kcal	エネルギー	144kcal	337kcal	エネルギー	201kcal	394kcal	エネルギー	176kcal	369kcal	エネルギー	117kcal	310kcal
	たんぱく質	11.2g	14.5g	たんぱく質	10.8g	14.1g	たんぱく質	11.2g	14.5g	たんぱく質	7.8g	11.1g	たんぱく質	6.9g	10.2g
	脂質	8.7g	9.2g	脂質	6.6g	7.1g	脂質	10.6g	11.1g	脂質	10.3g	10.8g	脂質	3.7g	4.2g
	炭水化物	11.4g	53.3g	炭水化物	11.0g	52.9g	炭水化物	15.9g	57.8g	炭水化物	13.6g	55.5g	炭水化物	14.6g	56.5g
	ナトリウム	671mg	672mg	ナトリウム	651mg	652mg	ナトリウム	595mg	596mg	ナトリウム	680mg	681mg	ナトリウム	580mg	581mg
	食塩相当量	1.7g	1.7g	食塩相当量	1.7g	1.7g	食塩相当量	1.5g	1.5g	食塩相当量	1.7g	1.7g	食塩相当量	1.5g	1.5g
昼食	★ごはん120g			★ごはん120g			★ごはん120g			★ごはん120g			★ごはん120g		
	ささみ大葉フライ		麦	カレイの甘酢野菜あんかけ		麦	マーボ豆腐		麦落	ロールキャベツの味噌煮込み		卵麦	鶏肉の韓国風炒め		麦落
	ビーマンソテー		卵乳麦	大豆とごぼうの味噌炒め		麦落	竹輪とインゲンの玉子とじ		卵麦	アスパラ			炒り豆腐		卵乳麦
	豚バラのすき焼き煮		麦	白菜の辛子柚子和え		麦	法蓮草ソテー		乳麦	鶏肉と小松菜煮		麦	ブロッコリーのゴマ和え		乳麦
	菜の花としめじの和え物		麦							野菜の三杯酢		麦			
		おかず	ご飯セット		おかず	ご飯セット		おかず	ご飯セット		おかず	ご飯セット		おかず	ご飯セット
	エネルギー	269kcal	462kcal	エネルギー	241kcal	434kcal	エネルギー	215kcal	408kcal	エネルギー	169kcal	362kcal	エネルギー	255kcal	448kcal
	たんぱく質	14.1g	17.4g	たんぱく質	17.9g	21.2g	たんぱく質	13.1g	16.4g	たんぱく質	14.1g	17.4g	たんぱく質	18.4g	21.7g
	脂質	13.9g	14.4g	脂質	10.8g	11.3g	脂質	9.3g	9.8g	脂質	4.9g	5.4g	脂質	12.6g	13.1g
	炭水化物	21.7g	63.6g	炭水化物	18.7g	60.6g	炭水化物	19.6g	61.5g	炭水化物	17.7g	59.6g	炭水化物	16.8g	58.7g
	ナトリウム	666mg	667mg	ナトリウム	619mg	620mg	ナトリウム	857mg	858mg	ナトリウム	899mg	900mg	ナトリウム	851mg	852mg
	食塩相当量	1.7g	1.7g	食塩相当量	1.6g	1.6g	食塩相当量	2.2g	2.2g	食塩相当量	2.3g	2.3g	食塩相当量	2.2g	2.2g
間食	◎牛乳180g			◎牛乳180g			◎牛乳180g			◎牛乳180g			◎牛乳180g		
	◎りんご150g			◎バナナ90g			◎キウイフルーツ150g			◎グレープフルーツ200g			◎オレンジ200g		
夕食	★ごはん120g			★ごはん120g			★ごはん120g			★ごはん120g			★ごはん120g		
	サワラのごま醤油焼		麦	鶏肉のごま焼き		麦	白身魚みりん焼		麦	照焼チキン		麦	ブリの西京焼		
	人参グラッセ		乳麦	人参のきんぴら		麦	塩枝豆			ミックスソテー		乳麦	人参のきんぴら		麦
	鶏と蓮根のピリ辛煮		麦	ブロッコリーの玉子とじ		卵麦	豚肉とごぼうの甘辛煮		麦	和風ポトフ		乳麦	切干と挽肉のオイスター炒め		麦
	法蓮草と切干のおひたし		麦	菜の花のおひたし		麦	大根のマヨネーズ和え		卵乳麦	ひとくちがんも煮		麦	菜の花ときのこの和え物		麦
		おかず	ご飯セット		おかず	ご飯セット		おかず	ご飯セット		おかず	ご飯セット		おかず	ご飯セット
	エネルギー	210kcal	403kcal	エネルギー	258kcal	451kcal	エネルギー	226kcal	419kcal	エネルギー	288kcal	481kcal	エネルギー	243kcal	436kcal
	たんぱく質	15.9g	19.2g	たんぱく質	19.5g	22.8g	たんぱく質	18.6g	21.9g	たんぱく質	18.7g	22.0g	たんぱく質	17.5g	20.8g
	脂質	10.4g	10.9g	脂質	14.0g	14.5g	脂質	11.3g	11.8g	脂質	16.7g	17.2g	脂質	11.8g	12.3g
	炭水化物	11.5g	53.4g	炭水化物	12.5g	54.4g	炭水化物	12.3g	54.2g	炭水化物	13.0g	54.9g	炭水化物	15.2g	57.1g
	ナトリウム	775mg	776mg	ナトリウム	715mg	716mg	ナトリウム	598mg	599mg	ナトリウム	616mg	617mg	ナトリウム	695mg	696mg
	食塩相当量	2.0g	2.0g	食塩相当量	1.8g	1.8g	食塩相当量	1.5g	1.5g	食塩相当量	1.6g	1.6g	食塩相当量	1.8g	1.8g
合計		おかず	ご飯セット		おかず	ご飯セット		おかず	ご飯セット		おかず	ご飯セット		おかず	ご飯セット
	エネルギー	649kcal	1228kcal	エネルギー	643kcal	1222kcal	エネルギー	642kcal	1221kcal	エネルギー	633kcal	1212kcal	エネルギー	615kcal	1194kcal
	たんぱく質	41.2g	51.1g	たんぱく質	48.2g	58.1g	たんぱく質	42.9g	52.8g	たんぱく質	40.6g	50.5g	たんぱく質	42.8g	52.7g
	脂質	33.0g	34.5g	脂質	31.4g	32.9g	脂質	31.2g	32.7g	脂質	31.9g	33.4g	脂質	28.1g	29.6g
	炭水化物	44.6g	170.3g	炭水化物	42.2g	167.9g	炭水化物	47.8g	173.5g	炭水化物	44.3g	170.0g	炭水化物	46.6g	172.3g
	ナトリウム	2112mg	2115mg	ナトリウム	1985mg	1988mg	ナトリウム	2050mg	2053mg	ナトリウム	2195mg	2198mg	ナトリウム	2126mg	2129mg
	食塩相当量	5.4g	5.4g	食塩相当量	5.1g	5.1g	食塩相当量	5.2g	5.2g	食塩相当量	5.6g	5.6g	食塩相当量	5.5g	5.5g
合計（間食込）	エネルギー	856kcal	1435kcal	エネルギー	841kcal	1420kcal	エネルギー	843kcal	1422kcal	エネルギー	830kcal	1409kcal	エネルギー	814kcal	1393kcal
	たんぱく質	47.3g	57.2g	たんぱく質	55.1g	65.0g	たんぱく質	50.3g	60.2g	たんぱく質	48.3g	58.2g	たんぱく質	50.7g	60.6g
	脂質	40.1g	41.6g	脂質	38.4g	39.9g	脂質	38.2g	39.7g	脂質	38.9g	40.4g	脂質	35.1g	36.6g
	炭水化物	76.5g	202.2g	炭水化物	71.1g	196.8g	炭水化物	76.7g	202.4g	炭水化物	72.1g	197.8g	炭水化物	74.8g	200.5g
	ナトリウム	2186mg	2189mg	ナトリウム	2059mg	2062mg	ナトリウム	2127mg	2130mg	ナトリウム	2271mg	2274mg	ナトリウム	2202mg	2205mg
	食塩相当量	5.6g	5.6g	食塩相当量	5.3g	5.3g	食塩相当量	5.4g	5.4g	食塩相当量	5.8g	5.8g	食塩相当量	5.7g	5.7g

※献立は予告無く変更することがあります。
※商品はチルド品なので喫食日まで冷蔵庫に入れて保管ください。
※お召上がりについて、商品は使用日に限してお召上がりください。
※「◎」は間食になります。間食はメニューを参考にして各家庭で御用意ください。

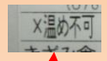
※本品は消費者庁許可の特別用途食品（病者用食品）ではありません。
※食事療法としてご利用する場合は事前に主治医にご相談ください。
※おかずのみの組合員様は★印のものは各家庭にて御用意ください。

お食事の作り方

①惣菜は全てチルドで
真空包装されています。
②ご利用までは冷蔵庫にて
保管します。

③温かく召上がるメニュー
は湯煎で温めます。又は
お皿に移してから、ラップ
をして電子レンジを
かけます

④冷たく召上がる
メニューはそのまま
開封して盛付けます。



このマーク
が目印

⑤ごはん、味噌汁と共に
器に盛り付けして
完了です。
注）味噌汁はつきません

ワンポイントアドバイス

●湯煎は水の状態から惣菜のパックを入れて
火をかけます。沸騰したら火を止めて
５～１０分程度保温して下さい。

●簡単な付け合わせを付けますと、よりきれいに
盛付ける事が出来ます。

（たんぱく40g管理食）　週間献立表

	4月18日（月）		4月19日（火）		4月20日（水）		4月21日（木）		4月22日（金）	
朝食	★ごはん150g		★ごはん150g		★ごはん150g		★ごはん150g		★ごはん150g	
	じゃが芋デミグラスソース	卵乳麦	ミートボールのクリーム煮	卵乳麦	厚焼玉子	卵麦	鶏肉と野菜のクリーム煮込み	乳麦	豆腐ステーキ	卵麦
	麩とえのきのさっと煮	麦	ジャーマンポテト	乳麦	白菜と厚揚げのとろみ煮	乳麦	揚茄子と玉ねぎの煮物	麦	揚ナスの煮物	乳麦
	揚げナスのめかぶ和え	麦	キャベツのピーナッツ和え	麦落	和風マヨネーズ和え	卵麦	大根なます	麦	野菜のごま和え	
		おかず / ご飯セット		おかず / ご飯セット		おかず / ご飯セット		おかず / ご飯セット		おかず / ご飯セット
	エネルギー	267kcal / 510kcal	エネルギー	302kcal / 545kcal	エネルギー	261kcal / 504kcal	エネルギー	235kcal / 478kcal	エネルギー	269kcal / 512kcal
	たんぱく質	5.7g / 9.8g	たんぱく質	7.8g / 11.9g	たんぱく質	6.8g / 10.9g	たんぱく質	6.9g / 11.0g	たんぱく質	8.8g / 12.9g
	脂質	18.1g / 18.7g	脂質	17.9g / 18.5g	脂質	15.5g / 16.1g	脂質	12.4g / 13.0g	脂質	18.2g / 18.8g
	炭水化物	21.5g / 74.3g	炭水化物	28.4g / 81.2g	炭水化物	25.0g / 77.8g	炭水化物	23.9g / 76.7g	炭水化物	18.1g / 70.9g
	ナトリウム	441mg / 442mg	ナトリウム	573mg / 574mg	ナトリウム	558mg / 559mg	ナトリウム	531mg / 532mg	ナトリウム	556mg / 557mg
	カリウム	495mg / 556mg	カリウム	592mg / 653mg	カリウム	405mg / 466mg	カリウム	459mg / 520mg	カリウム	352mg / 413mg
	リン	118mg / 183mg	リン	138mg / 203mg	リン	131mg / 196mg	リン	121mg / 186mg	リン	115mg / 180mg
	食塩相当量	1.1g / 1.1g	食塩相当量	1.5g / 1.5g	食塩相当量	1.4g / 1.4g	食塩相当量	1.4g / 1.4g	食塩相当量	1.4g / 1.4g
昼食	★ごはん150g		★ごはん150g		★ごはん150g		★ごはん150g		★ごはん150g	
	あさりの玉子とじ丼の具	卵乳麦	赤魚の幽庵焼	麦	煮込みタンドリーチキン	乳	ブリの蒲焼	麦	チキンピカタ	卵麦
	菜の花のクリーム煮	乳麦	アスパラ		チンゲン菜ソテー	乳麦	人参のきんぴら	麦	トマトソース	
	大根のピリッと柚子風味サラダ	卵	赤玉南瓜煮	麦	シャガ芋きんぴら	麦	麩の野菜あんかけ	麦	春雨としめじの炒め物	麦
			レインボー春雨	卵麦	パスタのサラダ	卵乳麦	レモンかぼちゃ	卵乳麦	さつま芋サラダ	卵乳麦
		おかず / ご飯セット		おかず / ご飯セット		おかず / ご飯セット		おかず / ご飯セット		おかず / ご飯セット
	エネルギー	380kcal / 623kcal	エネルギー	317kcal / 560kcal	エネルギー	357kcal / 600kcal	エネルギー	342kcal / 585kcal	エネルギー	371kcal / 614kcal
	たんぱく質	11.3g / 15.4g	たんぱく質	10.7g / 14.8g	たんぱく質	11.4g / 15.5g	たんぱく質	11.3g / 15.4g	たんぱく質	10.3g / 14.4g
	脂質	24.9g / 25.5g	脂質	14.3g / 14.9g	脂質	20.2g / 20.8g	脂質	18.5g / 19.1g	脂質	19.9g / 20.5g
	炭水化物	27.5g / 80.3g	炭水化物	35.2g / 88.0g	炭水化物	30.2g / 83.0g	炭水化物	30.1g / 82.9g	炭水化物	37.4g / 90.2g
	ナトリウム	838mg / 839mg	ナトリウム	542mg / 543mg	ナトリウム	484mg / 485mg	ナトリウム	639mg / 640mg	ナトリウム	697mg / 698mg
	カリウム	393mg / 454mg	カリウム	532mg / 593mg	カリウム	444mg / 505mg	カリウム	485mg / 546mg	カリウム	531mg / 592mg
	リン	189mg / 254mg	リン	142mg / 207mg	リン	120mg / 185mg	リン	107mg / 172mg	リン	140mg / 205mg
	食塩相当量	2.1g / 2.1g	食塩相当量	1.4g / 1.4g	食塩相当量	1.2g / 1.2g	食塩相当量	1.6g / 1.6g	食塩相当量	1.8g / 1.8g
間食	◎黄桃（缶）　75g		◎みかん（缶）　75g		◎パイナップル（缶）　75g		◎黄桃（缶）　75g		◎みかん（缶）　75g	
夕食	★ごはん150g		★ごはん150g		★ごはん150g		★ごはん150g		★ごはん150g	
	豆腐ハンバーグ	卵	ささみ大葉フライ	麦	カルビ丼の具	麦落	キャベツメンチ	卵乳麦	鯖の磯辺焼き	麦
	きのこあん	麦	インゲンと人参のグラッセ	乳	さつま芋の甘露煮	麦	オクラのペペロンチーノ		人参のレモン煮	乳麦
	里芋のおろし揚げ出し	麦	豚肉と大根のピリ辛煮	麦	キャベツサラダ		人参しりしり	麦	野菜のバジルチーズ焼き	乳
	マカロニとパプリカのサラダ	卵麦	コーンサラダ	卵乳麦	ドレッシング（小袋）	麦	さっぱりポテトサラダ	卵	大根のマヨネーズ和え	卵乳麦
		おかず / ご飯セット		おかず / ご飯セット		おかず / ご飯セット		おかず / ご飯セット		おかず / ご飯セット
	エネルギー	320kcal / 563kcal	エネルギー	361kcal / 604kcal	エネルギー	365kcal / 608kcal	エネルギー	387kcal / 630kcal	エネルギー	349kcal / 592kcal
	たんぱく質	7.1g / 11.2g	たんぱく質	12.7g / 16.8g	たんぱく質	11.2g / 15.3g	たんぱく質	9.0g / 13.1g	たんぱく質	11.9g / 16.0g
	脂質	19.6g / 20.2g	脂質	22.4g / 23.0g	脂質	16.5g / 17.1g	脂質	25.2g / 25.8g	脂質	22.4g / 23.0g
	炭水化物	27.8g / 80.6g	炭水化物	25.4g / 78.2g	炭水化物	43.2g / 96.0g	炭水化物	30.5g / 83.3g	炭水化物	24.2g / 77.0g
	ナトリウム	674mg / 675mg	ナトリウム	565mg / 566mg	ナトリウム	817mg / 818mg	ナトリウム	522mg / 523mg	ナトリウム	673mg / 674mg
	カリウム	305mg / 366mg	カリウム	444mg / 505mg	カリウム	695mg / 756mg	カリウム	614mg / 675mg	カリウム	652mg / 713mg
	リン	93mg / 158mg	リン	134mg / 199mg	リン	167mg / 232mg	リン	131mg / 196mg	リン	176mg / 241mg
	食塩相当量	1.7g / 1.7g	食塩相当量	1.4g / 1.4g	食塩相当量	2.1g / 2.1g	食塩相当量	1.3g / 1.3g	食塩相当量	1.7g / 1.7g
合計		おかず / ご飯セット		おかず / ご飯セット		おかず / ご飯セット		おかず / ご飯セット		おかず / ご飯セット
	エネルギー	967kcal / 1696kcal	エネルギー	980kcal / 1709kcal	エネルギー	983kcal / 1712kcal	エネルギー	964kcal / 1693kcal	エネルギー	989kcal / 1718kcal
	たんぱく質	24.1g / 36.4g	たんぱく質	31.2g / 43.5g	たんぱく質	29.4g / 41.7g	たんぱく質	27.2g / 39.5g	たんぱく質	31.0g / 43.3g
	脂質	62.6g / 64.4g	脂質	54.6g / 56.4g	脂質	52.2g / 54.0g	脂質	56.1g / 57.9g	脂質	60.5g / 62.3g
	炭水化物	76.8g / 235.2g	炭水化物	89.0g / 247.4g	炭水化物	98.4g / 256.8g	炭水化物	84.5g / 242.9g	炭水化物	79.7g / 238.1g
	ナトリウム	1953mg / 1956mg	ナトリウム	1680mg / 1683mg	ナトリウム	1859mg / 1862mg	ナトリウム	1692mg / 1695mg	ナトリウム	1926mg / 1929mg
	カリウム	1193mg / 1376mg	カリウム	1568mg / 1751mg	カリウム	1544mg / 1727mg	カリウム	1558mg / 1741mg	カリウム	1535mg / 1718mg
	リン	400mg / 595mg	リン	414mg / 609mg	リン	418mg / 613mg	リン	359mg / 554mg	リン	431mg / 626mg
	食塩相当量	4.9g / 4.9g	食塩相当量	4.3g / 4.3g	食塩相当量	4.7g / 4.7g	食塩相当量	4.3g / 4.3g	食塩相当量	4.9g / 4.9g
合計（間食込）	エネルギー	1031kcal / 1760kcal	エネルギー	1028kcal / 1757kcal	エネルギー	1046kcal / 1775kcal	エネルギー	1028kcal / 1757kcal	エネルギー	1037kcal / 1766kcal
	たんぱく質	24.5g / 36.8g	たんぱく質	31.6g / 43.9g	たんぱく質	29.7g / 42.0g	たんぱく質	27.6g / 39.9g	たんぱく質	31.4g / 43.7g
	脂質	62.7g / 64.5g	脂質	54.7g / 56.5g	脂質	52.3g / 54.1g	脂質	56.2g / 58.0g	脂質	60.6g / 62.4g
	炭水化物	92.3g / 250.7g	炭水化物	100.5g / 258.9g	炭水化物	113.6g / 272.0g	炭水化物	100.0g / 258.4g	炭水化物	91.2g / 249.6g
	ナトリウム	1956mg / 1959mg	ナトリウム	1683mg / 1686mg	ナトリウム	1860mg / 1863mg	ナトリウム	1695mg / 1698mg	ナトリウム	1929mg / 1932mg
	カリウム	1253mg / 1436mg	カリウム	1624mg / 1807mg	カリウム	1601mg / 1784mg	カリウム	1618mg / 1801mg	カリウム	1591mg / 1774mg
	リン	407mg / 602mg	リン	420mg / 615mg	リン	421mg / 616mg	リン	366mg / 561mg	リン	437mg / 632mg
	食塩相当量	4.9g / 4.9g	食塩相当量	4.3g / 4.3g	食塩相当量	4.7g / 4.7g	食塩相当量	4.3g / 4.3g	食塩相当量	4.9g / 4.9g

※献立は予告無く変更することがあります。
※商品はチルド品なので喫食日まで冷蔵庫に入れて保管ください。
※お召上がりについて、商品は使用日に限してお召上がりください。
※「◎」は間食になります。間食はメニューを参考にして各家庭で御用意ください。

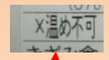
※本品は消費者庁許可の特別用途食品（病者用食品）ではありません。
※食事療法としてご利用する場合は事前に主治医にご相談ください。
※カリウムは調理後２０～３０%減少します。表示は調理前の栄養価です。
※おかずのみの組合員様は★印のものは各家庭にて御用意ください。

お食事の作り方

①惣菜は全てチルドで
真空包装されています。
②ご利用までは冷蔵庫にて
保管します。

③温かく召上がるメニュー
は湯煎で温めます。又は
お皿に移してから、ラップ
をして電子レンジを
かけます

④冷たく召上がる
メニューはそのまま
開封して盛付けます。



このマーク
が目印

⑤ごはん、味噌汁と共に
器に盛り付けして
完了です。
注）味噌汁はつきません

ワンポイントアドバイス

●湯煎は水の状態から惣菜のパックを入れて
火をかけます。沸騰したら火を止めて
５～１０分程度保温して下さい。

●簡単な付け合わせを付けますと、よりきれいに
盛付ける事が出来ます。

（たんぱく60g管理食）週間献立表

	4月18日（月）		4月19日（火）		4月20日（水）		4月21日（木）		4月22日（金）	
朝食	★ごはん180g		★ごはん180g		★ごはん180g		★ごはん180g		★ごはん180g	
	チーズオムレツ	卵乳麦	大根と鶏肉の味噌煮	麦	肉団子と白菜のとろみ煮	卵乳麦	肉豆腐煮	麦	菜の花と牛肉の煮物	麦
	ひじきとベーコンの煮物	卵乳麦	ひき肉と豆腐のうま煮	麦落か	麩の玉子とじ	卵乳麦	カリフラワーの塩炒め	乳麦	ひき肉と里芋の味噌煮	乳麦
	れんこんサラダ	卵麦	ブロッコリーのカニカママヨネーズ	卵乳麦	法蓮草のごまマヨネーズ	卵麦	野菜の三杯酢	麦	もずくの酢の物	麦
		おかず / ご飯セット		おかず / ご飯セット		おかず / ご飯セット		おかず / ご飯セット		おかず / ご飯セット
	エネルギー	194kcal / 484kcal	エネルギー	234kcal / 524kcal	エネルギー	215kcal / 505kcal	エネルギー	160kcal / 450kcal	エネルギー	259kcal / 549kcal
	たんぱく質	7.1g / 12.0g	たんぱく質	12.7g / 17.6g	たんぱく質	7.0g / 11.9g	たんぱく質	9.9g / 14.8g	たんぱく質	10.9g / 15.8g
	脂質	12.4g / 13.1g	脂質	14.2g / 14.9g	脂質	12.8g / 13.5g	脂質	6.4g / 7.1g	脂質	14.6g / 15.3g
	炭水化物	13.5g / 76.4g	炭水化物	12.5g / 75.4g	炭水化物	17.6g / 80.5g	炭水化物	17.3g / 80.2g	炭水化物	19.8g / 82.7g
	ナトリウム	640mg / 641mg	ナトリウム	694mg / 695mg	ナトリウム	676mg / 677mg	ナトリウム	731mg / 732mg	ナトリウム	548mg / 549mg
	カリウム	259mg / 331mg	カリウム	471mg / 543mg	カリウム	289mg / 361mg	カリウム	562mg / 634mg	カリウム	494mg / 566mg
	リン	158mg / 235mg	リン	157mg / 234mg	リン	100mg / 177mg	リン	134mg / 211mg	リン	147mg / 224mg
	食塩相当量	1.6g / 1.6g	食塩相当量	1.8g / 1.8g	食塩相当量	1.7g / 1.7g	食塩相当量	1.9g / 1.9g	食塩相当量	1.4g / 1.4g
昼食	★ごはん180g		★ごはん180g		★ごはん180g		★ごはん180g		★ごはん180g	
	豚ばら肉炒め	麦	白身魚の黄田揚	麦	鶏肉のカレー風味焼	麦	ブリの西京焼		鶏肉の韓国風炒め	麦落
	青菜と高野豆腐の煮物	麦	ラタトゥイユソース		スナップえんどう		人参グラッセ	乳麦	野菜のソース煮込み	乳麦
	白菜のおかかポン酢和え	麦	インゲンとえのきの炒め物	乳麦	きんぴられんこん	麦	ぜんまいとミンチの煮物	乳麦	キャベツの白ドレ和え	卵麦
			ハムの和風サラダ	卵乳麦	キャベツとベーコンの和え物	卵乳麦	インゲンとツナのマスタード和え	卵乳麦		
		おかず / ご飯セット		おかず / ご飯セット		おかず / ご飯セット		おかず / ご飯セット		おかず / ご飯セット
	エネルギー	312kcal / 602kcal	エネルギー	273kcal / 563kcal	エネルギー	294kcal / 584kcal	エネルギー	268kcal / 558kcal	エネルギー	261kcal / 551kcal
	たんぱく質	14.0g / 18.9g	たんぱく質	12.7g / 17.6g	たんぱく質	17.0g / 21.9g	たんぱく質	16.5g / 21.4g	たんぱく質	12.0g / 16.9g
	脂質	20.7g / 21.4g	脂質	16.3g / 17.0g	脂質	16.9g / 17.6g	脂質	14.9g / 15.6g	脂質	14.1g / 14.8g
	炭水化物	16.7g / 79.6g	炭水化物	19.7g / 82.6g	炭水化物	17.1g / 80.0g	炭水化物	15.8g / 78.7g	炭水化物	21.3g / 84.2g
	ナトリウム	869mg / 870mg	ナトリウム	709mg / 710mg	ナトリウム	675mg / 676mg	ナトリウム	609mg / 610mg	ナトリウム	685mg / 686mg
	カリウム	594mg / 666mg	カリウム	558mg / 630mg	カリウム	489mg / 561mg	カリウム	531mg / 603mg	カリウム	548mg / 620mg
	リン	191mg / 268mg	リン	221mg / 298mg	リン	122mg / 199mg	リン	154mg / 231mg	リン	127mg / 204mg
	食塩相当量	2.2g / 2.2g	食塩相当量	1.8g / 1.8g	食塩相当量	1.7g / 1.7g	食塩相当量	1.5g / 1.6g	食塩相当量	1.7g / 1.7g
間食	◎黄桃（缶）150g		◎みかん（缶）150g		◎パイナップル（缶）150g		◎黄桃（缶）150g		◎みかん（缶）150g	
夕食	★ごはん180g		★ごはん180g		★ごはん180g		★ごはん180g		★ごはん180g	
	ポッケの酒粕焼	麦	中華煮豚	麦落	赤魚の磯辺焼	麦	メンチカツ	乳麦	カレイの甘酢野菜あんかけ	麦
	キヌサヤ		人参のきんぴら	麦	チンゲン菜とピーマンのソテー	乳麦	スパゲテー	乳麦	竹輪のごま炒め	麦
	大豆と人参の煮物	麦	鶏肉ピーマン炒め	麦	豚肉とふきの炒め煮	麦	鶏肉の青じそ南蛮	麦	法蓮草とハムのマリーネ	卵乳麦
	春雨フルーツサラダ	卵乳麦	菜の花としらすのおひたし	麦	レインボー春雨	卵麦	だだきごぼう	麦		
		おかず / ご飯セット		おかず / ご飯セット		おかず / ご飯セット		おかず / ご飯セット		おかず / ご飯セット
	エネルギー	293kcal / 583kcal	エネルギー	302kcal / 592kcal	エネルギー	276kcal / 566kcal	エネルギー	370kcal / 660kcal	エネルギー	270kcal / 560kcal
	たんぱく質	18.2g / 23.1g	たんぱく質	14.5g / 19.4g	たんぱく質	15.0g / 19.9g	たんぱく質	13.8g / 18.7g	たんぱく質	17.5g / 22.4g
	脂質	12.5g / 13.2g	脂質	19.5g / 20.2g	脂質	16.5g / 17.2g	脂質	20.8g / 21.5g	脂質	12.9g / 13.6g
	炭水化物	23.9g / 86.8g	炭水化物	14.8g / 77.7g	炭水化物	16.1g / 79.0g	炭水化物	31.1g / 94.0g	炭水化物	21.0g / 83.9g
	ナトリウム	574mg / 575mg	ナトリウム	599mg / 600mg	ナトリウム	649mg / 650mg	ナトリウム	777mg / 778mg	ナトリウム	729mg / 730mg
	カリウム	680mg / 752mg	カリウム	471mg / 543mg	カリウム	557mg / 629mg	カリウム	390mg / 462mg	カリウム	489mg / 561mg
	リン	239mg / 316mg	リン	173mg / 250mg	リン	183mg / 260mg	リン	175mg / 252mg	リン	230mg / 307mg
	食塩相当量	1.5g / 1.5g	食塩相当量	1.5g / 1.5g	食塩相当量	1.7g / 1.7g	食塩相当量	2.0g / 2.0g	食塩相当量	1.9g / 1.9g
		おかず / ご飯セット		おかず / ご飯セット		おかず / ご飯セット		おかず / ご飯セット		おかず / ご飯セット
合計	エネルギー	799kcal / 1669kcal	エネルギー	809kcal / 1679kcal	エネルギー	785kcal / 1655kcal	エネルギー	798kcal / 1668kcal	エネルギー	790kcal / 1660kcal
	たんぱく質	39.3g / 54.0g	たんぱく質	39.9g / 54.6g	たんぱく質	39.0g / 53.7g	たんぱく質	40.2g / 54.9g	たんぱく質	40.4g / 55.1g
	脂質	45.6g / 47.7g	脂質	50.0g / 52.1g	脂質	46.2g / 48.3g	脂質	42.1g / 44.2g	脂質	41.6g / 43.7g
	炭水化物	54.1g / 242.8g	炭水化物	47.0g / 235.7g	炭水化物	50.8g / 239.5g	炭水化物	64.2g / 252.9g	炭水化物	62.1g / 250.8g
	ナトリウム	2083mg / 2086mg	ナトリウム	2002mg / 2005mg	ナトリウム	2000mg / 2003mg	ナトリウム	2117mg / 2120mg	ナトリウム	1962mg / 1965mg
	カリウム	1533mg / 1749mg	カリウム	1500mg / 1716mg	カリウム	1335mg / 1551mg	カリウム	1483mg / 1699mg	カリウム	1531mg / 1747mg
	リン	588mg / 819mg	リン	551mg / 782mg	リン	405mg / 636mg	リン	463mg / 694mg	リン	504mg / 735mg
	食塩相当量	5.3g / 5.3g	食塩相当量	5.1g / 5.1g	食塩相当量	5.1g / 5.1g	食塩相当量	5.4g / 5.5g	食塩相当量	5.0g / 5.0g
合計（間食込）	エネルギー	927kcal / 1797kcal	エネルギー	905kcal / 1775kcal	エネルギー	911kcal / 1781kcal	エネルギー	926kcal / 1796kcal	エネルギー	886kcal / 1756kcal
	たんぱく質	40.1g / 54.8g	たんぱく質	40.7g / 55.4g	たんぱく質	39.6g / 54.3g	たんぱく質	41.0g / 55.7g	たんぱく質	41.2g / 55.9g
	脂質	45.8g / 47.9g	脂質	50.2g / 52.3g	脂質	46.4g / 48.5g	脂質	42.3g / 44.4g	脂質	41.8g / 43.9g
	炭水化物	85.0g / 273.7g	炭水化物	70.0g / 258.7g	炭水化物	81.3g / 270.0g	炭水化物	95.1g / 283.8g	炭水化物	85.1g / 273.8g
	ナトリウム	2089mg / 2092mg	ナトリウム	2008mg / 2011mg	ナトリウム	2002mg / 2005mg	ナトリウム	2123mg / 2126mg	ナトリウム	1968mg / 1971mg
	カリウム	1653mg / 1869mg	カリウム	1613mg / 1829mg	カリウム	1449mg / 1665mg	カリウム	1603mg / 1819mg	カリウム	1644mg / 1860mg
	リン	602mg / 833mg	リン	563mg / 794mg	リン	411mg / 642mg	リン	477mg / 708mg	リン	516mg / 747mg
	食塩相当量	5.3g / 5.3g	食塩相当量	5.1g / 5.1g	食塩相当量	5.1g / 5.1g	食塩相当量	5.4g / 5.5g	食塩相当量	5.0g / 5.0g

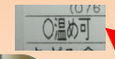
※献立は予告無く変更することがあります。
※商品はチルド品なので喫食日まで冷蔵庫に入れて保管ください。
※お召上がりについて、商品は使用日に限定してお召上がりください。
※「◎」は間食になります。間食はメニューを参考にして各家庭で御用意ください。

※本品は消費者庁許可の特別用途食品（病者用食品）ではありません。
※食事療法としてご利用する場合は事前に主治医にご相談ください。
※カリウムは調理後２０～３０％減少します。表示は調理前の栄養価です。
※おかずのみの組合員様は★印のものは各家庭にて御用意ください。

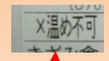
お食事の作り方

①惣菜は全てチルドで
真空包装されています。
②ご利用までは冷蔵庫にて
保管します。

③温かく召上がるメニュー
は湯煎で温めます。又は
お皿に移してから、ラップ
をして電子レンジを
かけます



④冷たく召上がる
メニューはそのまま
開封して盛付けます。



このマーク
が目印

⑤ごはん、味噌汁と共に
器に盛り付けして
完了です。
注）味噌汁はつきません

ワンポイントアドバイス

●湯煎は水の状態から惣菜のパックを入れて
火をかけます。沸騰したら火を止めて
５～１０分程度保温して下さい。

●簡単な付け合わせを付けますと、よりきれいに
盛付ける事が出来ます。

「やわらか普通食」　週間献立表

		4月18日(月)			4月19日(火)			4月20日(水)			4月21日(木)			4月22日(金)		
朝食		★やわらかごはん180g			★やわらかごはん180g			★やわらかごはん180g			★やわらかごはん180g			★やわらかごはん180g		
		大根と豚肉の甘辛煮		麦落	竹輪と玉ねぎの卵とじ		卵乳麦	白身魚のしんじょう		卵麦	豚肉と白菜のトマト煮込み		乳麦	鶏肉とじゃが芋のバター醤油		乳麦
		カリフラワーとウインナーのカレー炒め		乳麦	鶏ミンチと小松菜の煮物		乳麦	ひじき煮		麦	春雨のごま炒め		麦	白菜の煮びたし		麦
		インゲンのごま和え		麦	人参と若芽の酢の物		麦	切干と法蓮草のごまマヨネーズ		卵麦	椎茸昆布		麦	大根のマヨネーズ和え		卵乳麦
		★味噌汁		麦	★味噌汁		麦	★味噌汁		麦	★すまし汁		卵麦	★味噌汁		麦
	栄養価	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット
	エネルギー	エネルギー	182kcal	450kcal	エネルギー	122kcal	399kcal	エネルギー	150kcal	416kcal	エネルギー	144kcal	415kcal	エネルギー	198kcal	469kcal
	蛋白質	蛋白質	6.7g	12.4g	蛋白質	7.6g	14.0g	蛋白質	4.9g	10.6g	蛋白質	4.2g	10.0g	蛋白質	8.5g	14.2g
	脂 質	脂 質	12.2g	13.1g	脂 質	4.1g	5.8g	脂 質	10.1g	11.0g	脂 質	7.7g	9.1g	脂 質	11.8g	12.7g
	炭水化物	炭水化物	10.6g	67.4g	炭水化物	14.3g	70.7g	炭水化物	10.8g	67.2g	炭水化物	14.8g	71.0g	炭水化物	13.6g	70.9g
	ナトリウム	ナトリウム	497mg	940mg	ナトリウム	711mg	1154mg	ナトリウム	668mg	1110mg	ナトリウム	487mg	895mg	ナトリウム	551mg	993mg
	塩 分	食塩相当量	1.3g	2.4g	食塩相当量	1.8g	2.9g	食塩相当量	1.7g	2.8g	食塩相当量	1.2g	2.3g	食塩相当量	1.4g	2.5g
昼食		★やわらかごはん180g			★やわらかごはん180g			★やわらかごはん180g			★やわらかごはん180g			★やわらかごはん180g		
		ロールキャベツのクリーム煮		卵乳麦	肉カボチャ		麦	八宝菜		え	鶏肉のレモン風味焼			麻婆豆腐		麦落か
		大豆と椎茸の煮物		麦	食べるトマトスープ		乳麦	高野豆腐の味噌煮		卵麦	チンゲン菜とピーマンのソテー		乳麦か	れんこんと人参の甘露煮		麦
		法蓮草と蒸し鶏のサラダ		乳麦	大根と青菜の柚子和え		麦	オクラのさっぱりオリーブ		卵麦	大根とツナの炒め物		麦	キャベツと蒸し鶏のおかかドレッシング		卵麦
		★味噌汁		麦	★味噌汁		麦	★味噌汁		麦	カリフラワーのピーナッツ味噌和え		乳麦落	★味噌汁		麦
											★味噌汁		麦			
	栄養価	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット
	エネルギー	エネルギー	205kcal	471kcal	エネルギー	245kcal	511kcal	エネルギー	215kcal	482kcal	エネルギー	213kcal	498kcal	エネルギー	219kcal	485kcal
	蛋白質	蛋白質	12.4g	18.1g	蛋白質	7.9g	13.5g	蛋白質	12.6g	18.4g	蛋白質	14.3g	20.8g	蛋白質	11.2g	16.9g
	脂 質	脂 質	9.0g	9.9g	脂 質	8.4g	9.3g	脂 質	11.7g	12.6g	脂 質	10.9g	12.6g	脂 質	9.5g	10.4g
	炭水化物	炭水化物	19.8g	75.9g	炭水化物	34.5g	90.9g	炭水化物	14.3g	70.8g	炭水化物	14.4g	72.7g	炭水化物	22.5g	78.8g
	ナトリウム	ナトリウム	744mg	1187mg	ナトリウム	1065mg	1507mg	ナトリウム	966mg	1408mg	ナトリウム	820mg	1261mg	ナトリウム	840mg	1283mg
	塩 分	食塩相当量	1.9g	3.0g	食塩相当量	2.7g	3.8g	食塩相当量	2.5g	3.6g	食塩相当量	2.1g	3.2g	食塩相当量	2.1g	3.3g
夕食		★やわらかごはん180g			★やわらかごはん180g			★やわらかごはん180g			★やわらかごはん180g			★やわらかごはん180g		
		赤魚の醤油バター焼き		乳麦	ささみ大葉フライ		麦	オニオンソースハンバーグ		乳麦	牛肉と厚揚げの甘辛煮		乳麦	天津飯の具(関東風)		卵乳麦
		オニオンソテー		乳麦	人参のレモン煮		乳麦	スナップえんどう			なすのトロトロ生姜煮		麦	キャベツと豚肉の味噌炒め		麦
		筑前煮		麦	菜の花とベーコンのパスタ		卵乳麦	ごぼう大豆		麦	菜の花ときのこの和え物		麦	ごぼうの柚子風味		麦
		菜の花とツナの辛子和え		麦	コールスローサラダ		卵麦	ポテトチキン		卵乳麦	★味噌汁		麦	★味噌汁		麦
		★味噌汁		麦	★味噌汁		麦	★味噌汁		麦						
	栄養価	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット
	エネルギー	エネルギー	211kcal	494kcal	エネルギー	321kcal	602kcal	エネルギー	275kcal	551kcal	エネルギー	269kcal	537kcal	エネルギー	278kcal	554kcal
	蛋白質	蛋白質	18.5g	25.4g	蛋白質	12.9g	19.2g	蛋白質	15.2g	21.6g	蛋白質	10.5g	16.3g	蛋白質	11.2g	17.6g
	脂 質	脂 質	8.3g	10.1g	脂 質	15.9g	16.9g	脂 質	11.7g	13.4g	脂 質	16.3g	17.2g	脂 質	14.6g	16.3g
	炭水化物	炭水化物	16.6g	73.9g	炭水化物	31.2g	90.3g	炭水化物	24.1g	80.5g	炭水化物	17.6g	74.3g	炭水化物	24.7g	80.9g
	ナトリウム	ナトリウム	1088mg	1529mg	ナトリウム	722mg	1163mg	ナトリウム	810mg	1271mg	ナトリウム	962mg	1406mg	ナトリウム	1044mg	1485mg
	塩 分	食塩相当量	2.8g	3.9g	食塩相当量	1.8g	3.0g	食塩相当量	2.1g	3.2g	食塩相当量	2.4g	3.6g	食塩相当量	2.7g	3.8g
合計	栄養価	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット
	エネルギー	エネルギー	598kcal	1415kcal	エネルギー	688kcal	1512kcal	エネルギー	640kcal	1449kcal	エネルギー	626kcal	1450kcal	エネルギー	695kcal	1508kcal
	蛋白質	蛋白質	37.6g	55.9g	蛋白質	28.4g	46.7g	蛋白質	32.7g	50.6g	蛋白質	29.0g	47.1g	蛋白質	30.9g	48.7g
	脂 質	脂 質	29.5g	33.1g	脂 質	28.4g	32.0g	脂 質	33.5g	37.0g	脂 質	34.9g	38.9g	脂 質	35.9g	39.4g
	炭水化物	炭水化物	47.0g	217.2g	炭水化物	80.0g	251.9g	炭水化物	49.2g	218.5g	炭水化物	46.8g	218.0g	炭水化物	60.8g	230.6g
	ナトリウム	ナトリウム	2329mg	3656mg	ナトリウム	2498mg	3824mg	ナトリウム	2444mg	3789mg	ナトリウム	2269mg	3562mg	ナトリウム	2435mg	3761mg
	塩 分	食塩相当量	6.0g	9.3g	食塩相当量	6.3g	9.7g	食塩相当量	6.3g	9.6g	食塩相当量	5.7g	9.1g	食塩相当量	6.2g	9.6g

★はフルセットのメニューです。おかずセットには付きません。
天候や仕入れの都合により、予告無しで献立を一部変更する場合があります。

お食事の作り方

①惣菜は全てチルドで
真空包装されています。
②ご利用までは冷蔵庫にて
保管します。

③温かく召上がるメニュー
は湯煎で温めます。又は
お皿に移してから、ラップ
をして電子レンジを
かけます

④冷たく召上がる
メニューはそのまま
開封して盛付けます。

このマーク
が目印

⑤ごはん、味噌汁と共に
器に盛り付けして
完了です。

ワンポイントアドバイス

●湯煎は水の状態から惣菜のパックを入れて
火をかけます。沸騰したら火を止めて
５～１０分程度保温して下さい。

●簡単な付け合わせを付けますと、よりきれいに
盛付ける事が出来ます。

「刻み食」　週間献立表

		4月18日(月)		4月19日(火)		4月20日(水)		4月21日(木)		4月22日(金)	
朝食		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g	
		大根と豚肉の甘辛煮	麦落	竹輪と玉ねぎの卵とじ	卵乳麦	白身魚のしんじょう	卵麦	豚肉と白菜のトマト煮込み	乳麦	鶏肉とじゃが芋のバター醤油	乳麦
		カリフラワーとウインナーのカレー炒め	乳麦	鶏ミンチと小松菜の煮物	乳麦	ひじき煮	麦	春雨のごま炒め	麦	白菜の煮びたし	麦
		インゲンのごま和え	麦	人参と若芽の酢の物	麦	切干と法蓮草のごまマヨネーズ	卵麦	椎茸昆布	麦	大根のマヨネーズ和え	卵乳麦
		★味噌汁	麦	★味噌汁	麦	★味噌汁	麦	★味噌汁	麦	★味噌汁	麦
	栄養価	栄養価 おかずセット	フルセット	栄養価 おかずセット	フルセット	栄養価 おかずセット	フルセット	栄養価 おかずセット	フルセット	栄養価 おかずセット	フルセット
	エネルギー	エネルギー 182kcal	341kcal	エネルギー 122kcal	281kcal	エネルギー 150kcal	309kcal	エネルギー 144kcal	303kcal	エネルギー 198kcal	357kcal
	蛋白質	蛋白質 6.7g	10.4g	蛋白質 7.6g	11.3g	蛋白質 4.9g	8.6g	蛋白質 4.2g	7.9g	蛋白質 8.5g	12.2g
	脂 質	脂 質 12.2g	12.9g	脂 質 4.1g	4.8g	脂 質 10.1g	10.8g	脂 質 7.7g	8.4g	脂 質 11.8g	12.5g
	炭水化物	炭水化物 10.6g	43.6g	炭水化物 14.3g	47.3g	炭水化物 10.8g	43.8g	炭水化物 14.8g	47.8g	炭水化物 13.6g	46.6g
	ナトリウム	ナトリウム 497mg	937mg	ナトリウム 711mg	1151mg	ナトリウム 668mg	1108mg	ナトリウム 487mg	927mg	ナトリウム 551mg	991mg
	塩 分	食塩相当量 1.3g	2.4g	食塩相当量 1.8g	2.9g	食塩相当量 1.7g	2.8g	食塩相当量 1.2g	2.4g	食塩相当量 1.4g	2.5g
昼食		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g	
		ロールキャベツのクリーム煮	卵乳麦	肉カボチャ	麦	八宝菜	え	鶏肉のレモン風味焼		麻婆豆腐	麦落か
		大豆と椎茸の煮物	麦	食べるトマトスープ	乳麦	高野豆腐の味噌煮	卵麦	チンゲン菜とピーマンのソテー	乳麦か	れんこんと人参の甘露煮	麦
		法蓮草と蒸し鶏のサラダ	乳麦	大根と青菜の柚子和え	麦	オクラのさっぱりオリーブ	卵麦	大根とツナの炒め物	麦	キャベツと蒸し鶏のおかかドレッシング	卵麦
		★味噌汁	麦	★味噌汁	麦	★味噌汁	麦	カリフラワーのピーナッツ味噌和え	乳麦落	★味噌汁	麦
								★味噌汁	麦		
	栄養価	栄養価 おかずセット	フルセット	栄養価 おかずセット	フルセット	栄養価 おかずセット	フルセット	栄養価 おかずセット	フルセット	栄養価 おかずセット	フルセット
	エネルギー	エネルギー 205kcal	364kcal	エネルギー 245kcal	404kcal	エネルギー 215kcal	374kcal	エネルギー 213kcal	372kcal	エネルギー 219kcal	378kcal
	蛋白質	蛋白質 12.4g	16.1g	蛋白質 7.9g	11.6g	蛋白質 12.6g	16.3g	蛋白質 14.3g	18.0g	蛋白質 11.2g	14.9g
	脂 質	脂 質 9.0g	9.7g	脂 質 8.4g	9.1g	脂 質 11.7g	12.4g	脂 質 10.9g	11.6g	脂 質 9.5g	10.2g
	炭水化物	炭水化物 19.8g	52.8g	炭水化物 34.5g	67.5g	炭水化物 14.3g	47.3g	炭水化物 14.4g	47.4g	炭水化物 22.5g	55.5g
	ナトリウム	ナトリウム 744mg	1184mg	ナトリウム 1065mg	1505mg	ナトリウム 966mg	1406mg	ナトリウム 820mg	1260mg	ナトリウム 840mg	1280mg
	塩 分	食塩相当量 1.9g	3.0g	食塩相当量 2.7g	3.8g	食塩相当量 2.5g	3.6g	食塩相当量 2.1g	3.2g	食塩相当量 2.1g	3.3g
夕食		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g	
		赤魚の醤油バター焼き	乳麦	ささみ大葉フライ	麦	オニオンソースハンバーグ	乳麦	牛肉と厚揚げの甘辛煮	乳麦	天津飯の具(関東風)	卵乳麦
		オニオンソテー	乳麦	人参のレモン煮	乳麦	スナップえんどう		なすのトロトロ生姜煮	麦	キャベツと豚肉の味噌炒め	麦
		筑前煮	麦	菜の花とベーコンのパスタ	卵乳麦	ごぼう大豆	麦	菜の花ときのこの和え物	麦	ごぼうの柚子風味	麦
		菜の花とツナの辛子和え	麦	コールスローサラダ	卵麦	ポテトチキン	卵乳麦	★味噌汁	麦	★味噌汁	麦
		★味噌汁	麦	★味噌汁	麦	★味噌汁	麦				
	栄養価	栄養価 おかずセット	フルセット	栄養価 おかずセット	フルセット	栄養価 おかずセット	フルセット	栄養価 おかずセット	フルセット	栄養価 おかずセット	フルセット
	エネルギー	エネルギー 211kcal	370kcal	エネルギー 321kcal	480kcal	エネルギー 275kcal	434kcal	エネルギー 269kcal	428kcal	エネルギー 278kcal	437kcal
	蛋白質	蛋白質 18.5g	22.2g	蛋白質 12.9g	16.6g	蛋白質 15.2g	18.9g	蛋白質 10.5g	14.2g	蛋白質 11.2g	14.9g
	脂 質	脂 質 8.3g	9.0g	脂 質 15.9g	16.6g	脂 質 11.7g	12.4g	脂 質 16.3g	17.0g	脂 質 14.6g	15.3g
	炭水化物	炭水化物 16.6g	49.6g	炭水化物 31.2g	64.2g	炭水化物 24.1g	57.1g	炭水化物 17.6g	50.6g	炭水化物 24.7g	57.7g
	ナトリウム	ナトリウム 1088mg	1528mg	ナトリウム 722mg	1162mg	ナトリウム 810mg	1250mg	ナトリウム 962mg	1402mg	ナトリウム 1044mg	1484mg
	塩 分	食塩相当量 2.8g	3.9g	食塩相当量 1.8g	3.0g	食塩相当量 2.1g	3.2g	食塩相当量 2.4g	3.6g	食塩相当量 2.7g	3.8g
合計	栄養価	栄養価 おかずセット	フルセット	栄養価 おかずセット	フルセット	栄養価 おかずセット	フルセット	栄養価 おかずセット	フルセット	栄養価 おかずセット	フルセット
	エネルギー	エネルギー 598kcal	1075kcal	エネルギー 688kcal	1165kcal	エネルギー 640kcal	1117kcal	エネルギー 626kcal	1103kcal	エネルギー 695kcal	1172kcal
	蛋白質	蛋白質 37.6g	48.7g	蛋白質 28.4g	39.5g	蛋白質 32.7g	43.8g	蛋白質 29.0g	40.1g	蛋白質 30.9g	42.0g
	脂 質	脂 質 29.5g	31.6g	脂 質 28.4g	30.5g	脂 質 33.5g	35.6g	脂 質 34.9g	37.0g	脂 質 35.9g	38.0g
	炭水化物	炭水化物 47.0g	146.0g	炭水化物 80.0g	179.0g	炭水化物 49.2g	148.2g	炭水化物 46.8g	145.8g	炭水化物 60.8g	159.8g
	ナトリウム	ナトリウム 2329mg	3649mg	ナトリウム 2498mg	3818mg	ナトリウム 2444mg	3764mg	ナトリウム 2269mg	3589mg	ナトリウム 2435mg	3755mg
	塩 分	食塩相当量 6.0g	9.3g	食塩相当量 6.3g	9.7g	食塩相当量 6.3g	9.6g	食塩相当量 5.7g	9.2g	食塩相当量 6.2g	9.6g

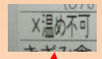
★はフルセットのメニューです。おかずセットには付きません。
天候や仕入れの都合により、予告無しで献立を一部変更する場合があります。

お食事の作り方

①惣菜は全てチルドで
真空包装されています。
②ご利用までは冷蔵庫にて
保管します。

③温かく召上がるメニュー
は湯煎で温めます。又は
お皿に移してから、ラップ
をして電子レンジを
かけます

④冷たく召上がる
メニューはそのまま
開封して盛付けます。



このマーク
が目印

⑤ごはん、味噌汁と共に
器に盛り付けして
完了です。

ワンポイントアドバイス

●湯煎は水の状態から惣菜のパックを入れて
火をかけます。沸騰したら火を止めて
５～１０分程度保温して下さい。

●簡単な付け合わせを付けますと、よりきれいに
盛付ける事が出来ます。

「ムース食」　週間献立表

		4月18日(月)			4月19日(火)			4月20日(水)			4月21日(木)			4月22日(金)		
朝食		★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g		
		豚肉と大根の煮物		麦	牛肉と根菜の煮物		乳麦	きのこの玉子とじ		卵乳麦	豚すき		乳麦	鶏大根の味噌煮		乳麦
		若芽のゴマ酢和え		麦	昆布の佃煮		麦	法蓮草とハムのマリーネ		卵乳麦	切干大根煮		乳麦	薩摩芋と切昆布の煮物		乳麦
		★味噌汁(とろみ)		麦	★味噌汁(とろみ)		麦	★味噌汁(とろみ)		麦	★味噌汁(とろみ)		麦	★味噌汁(とろみ)		麦
	栄養価	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット
	エネルギー	エネルギー	101kcal	275kcal	エネルギー	143kcal	317kcal	エネルギー	96kcal	270kcal	エネルギー	93kcal	267kcal	エネルギー	87kcal	261kcal
	蛋白質	蛋白質	2.9g	6.7g	蛋白質	4.0g	7.8g	蛋白質	4.7g	8.5g	蛋白質	3.3g	7.1g	蛋白質	3.6g	7.4g
	脂 質	脂 質	4.2g	4.9g	脂 質	6.9g	7.6g	脂 質	4.0g	4.7g	脂 質	3.4g	4.1g	脂 質	2.6g	3.3g
	炭水化物	炭水化物	12.9g	51.3g	炭水化物	17.5g	55.9g	炭水化物	11.2g	49.6g	炭水化物	12.4g	50.8g	炭水化物	13.4g	51.8g
	ナトリウム	ナトリウム	454mg	977mg	ナトリウム	609mg	1132mg	ナトリウム	625mg	1148mg	ナトリウム	568mg	1091mg	ナトリウム	623mg	1146mg
	塩 分	食塩相当量	1.2g	2.5g	食塩相当量	1.5g	2.9g	食塩相当量	1.6g	2.9g	食塩相当量	1.4g	2.8g	食塩相当量	1.6g	2.9g
昼食		★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g		
		鶏の幽庵焼き		乳麦	鮭の西京焼		乳麦	豚肉の生姜焼		乳麦	白身の竜田揚げ		乳麦	クリームコロッケ		卵乳麦か
		昆布煮豆		乳麦	油揚と菜の花の煮物		麦	切干大根とベーコンの煮物		卵乳麦	肉団子のソース炒め		卵乳麦	枝豆とかにかまの煮物		卵麦か
		ハムとブロッコリーのマリーネ		卵乳麦	メンマの中華和え		乳麦か	若芽の酢味噌和え		乳麦	法蓮草と油揚げの煮物		麦	ベーコンのごま酢和え		卵乳麦
		★味噌汁(とろみ)		麦	★味噌汁(とろみ)		麦	★味噌汁(とろみ)		麦	★味噌汁(とろみ)		麦	★味噌汁(とろみ)		麦
	栄養価	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット
	エネルギー	エネルギー	193kcal	367kcal	エネルギー	196kcal	370kcal	エネルギー	161kcal	335kcal	エネルギー	211kcal	385kcal	エネルギー	186kcal	360kcal
	蛋白質	蛋白質	8.3g	12.1g	蛋白質	8.0g	11.8g	蛋白質	6.1g	9.9g	蛋白質	10.6g	14.4g	蛋白質	5.5g	9.3g
	脂 質	脂 質	9.5g	10.2g	脂 質	8.4g	9.1g	脂 質	7.0g	7.7g	脂 質	9.9g	10.6g	脂 質	10.1g	10.8g
	炭水化物	炭水化物	17.7g	56.1g	炭水化物	21.3g	59.7g	炭水化物	19.2g	57.6g	炭水化物	20.4g	58.8g	炭水化物	18.5g	56.9g
	ナトリウム	ナトリウム	811mg	1334mg	ナトリウム	863mg	1386mg	ナトリウム	726mg	1249mg	ナトリウム	927mg	1450mg	ナトリウム	837mg	1360mg
	塩 分	食塩相当量	2.1g	3.4g	食塩相当量	2.2g	3.5g	食塩相当量	1.8g	3.2g	食塩相当量	2.4g	3.7g	食塩相当量	2.1g	3.5g
夕食		★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g		
		白身魚しんじょう		卵乳麦	鶏肉のデミソース煮		乳麦	赤魚の味噌煮		乳麦	鶏肉のカレー風味焼き		乳麦	赤魚の生姜煮		乳麦
		がんも煮		麦	白菜と麩の玉子とじ		卵乳麦	赤玉南瓜の煮物		麦	ひじきと高野豆腐の煮物		乳麦	鶏つくねとフキの煮物		卵乳麦
		菜の花の辛子和え		乳麦	大豆大根煮		卵乳麦	ブロッコリーの煮物		乳麦	菜の花のおひたし		乳麦	南瓜とハムのサラダ		卵乳麦
		★味噌汁(とろみ)		麦	★味噌汁(とろみ)		麦	★味噌汁(とろみ)		麦	★味噌汁(とろみ)		麦	★味噌汁(とろみ)		麦
	栄養価	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット
	エネルギー	エネルギー	210kcal	384kcal	エネルギー	173kcal	347kcal	エネルギー	196kcal	370kcal	エネルギー	161kcal	335kcal	エネルギー	181kcal	355kcal
	蛋白質	蛋白質	6.8g	10.6g	蛋白質	6.8g	10.6g	蛋白質	10.1g	13.9g	蛋白質	6.4g	10.2g	蛋白質	7.4g	11.2g
	脂 質	脂 質	12.1g	12.8g	脂 質	9.7g	10.4g	脂 質	7.0g	7.7g	脂 質	7.5g	8.2g	脂 質	8.9g	9.6g
	炭水化物	炭水化物	18.3g	56.7g	炭水化物	15.3g	53.7g	炭水化物	23.1g	61.5g	炭水化物	17.0g	55.4g	炭水化物	16.6g	55.0g
	ナトリウム	ナトリウム	860mg	1383mg	ナトリウム	721mg	1244mg	ナトリウム	758mg	1281mg	ナトリウム	867mg	1390mg	ナトリウム	799mg	1322mg
	塩 分	食塩相当量	2.2g	3.5g	食塩相当量	1.8g	3.2g	食塩相当量	1.9g	3.3g	食塩相当量	2.2g	3.5g	食塩相当量	2.0g	3.4g
合計	栄養価	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット
	エネルギー	エネルギー	504kcal	1026kcal	エネルギー	512kcal	1034kcal	エネルギー	453kcal	975kcal	エネルギー	465kcal	987kcal	エネルギー	454kcal	976kcal
	蛋白質	蛋白質	18.0g	29.4g	蛋白質	18.8g	30.2g	蛋白質	20.9g	32.3g	蛋白質	20.3g	31.7g	蛋白質	16.5g	27.9g
	脂 質	脂 質	25.8g	27.9g	脂 質	25.0g	27.1g	脂 質	18.0g	20.1g	脂 質	20.8g	22.9g	脂 質	21.6g	23.7g
	炭水化物	炭水化物	48.9g	164.1g	炭水化物	54.1g	169.3g	炭水化物	53.5g	168.7g	炭水化物	49.8g	165.0g	炭水化物	48.5g	163.7g
	ナトリウム	ナトリウム	2125mg	3694mg	ナトリウム	2193mg	3762mg	ナトリウム	2109mg	3678mg	ナトリウム	2362mg	3931mg	ナトリウム	2259mg	3828mg
	塩 分	食塩相当量	5.5g	9.4g	食塩相当量	5.5g	9.6g	食塩相当量	5.3g	9.4g	食塩相当量	6.0g	10.0g	食塩相当量	5.7g	9.8g

★はフルセットのメニューです。おかずセットには付きません。
天候や仕入れの都合により、予告無しで献立を一部変更する場合があります。

ムース食は消費者庁許可の特別用途食品(嚥下困難者用食品)ではありません。
嚥下食などの食事療法として利用される場合は事前に医師にご相談ください。

お食事の作り方

①ムースは冷蔵状態です。
②お受け取り後は**冷蔵庫**で保管ください

③ラベルに書いてある「○温め可」と「×温め不可」を確認

④温め方法は次の方法です
（あ）湯せん
（い）電子レンジ

（あ）湯せん
鍋に６０℃くらいのお湯を張り、ムースをカップのまま浮かべます。

次にフタをして１５分程温めます。追加で火はかけません。

（い）電子レンジ
お皿に移し、好みにカットしてから、深めのお皿に入れラップをし、電子レンジにかけて下さい

電子レンジの参考条件
600W 20～25秒
200W 40～50秒←オススメ

④カップを下に向けてスプーンで空気を入れるように剥がして、お皿やまな板に落とします。

お皿に盛付けて完成です

【電子レンジの御注意】
※電子レンジを掛け過ぎると破裂や溶解をする事があります
※各電子レンジメーカーによって条件が変わる場合があります