

1200kcal

温めておいしくお召し上がりください。

	1月12日(月)			1月13日(火)			1月14日(水)			1月15日(木)			1月16日(金)			1月17日(土)		
昼 食	酢豚 華風煮 ごまよごし ひじき煮			アーモンドニエル 厚揚げの含め煮 あえもの ベーコンソテー			いりどり オムレツ ベーコンソテー あえもの			牛肉のつけ焼き マリネ 切り昆布の煮もの 浅漬け			鶏肉の洋風焼き あえもの 野菜いため 煮もの			オムレツ野菜あん 白身魚しそ風味焼き 山菜煮 あえもの		
	エネルギー	382	kcal	エネルギー	369	kcal	エネルギー	410	kcal	エネルギー	356	kcal	エネルギー	365	kcal	エネルギー	376	kcal
	蛋白	18.1	g	蛋白	17.5	g	蛋白	17.6	g	蛋白	18.6	g	蛋白	20.9	g	蛋白	18.8	g
	脂質	6.4	g	脂質	10.8	g	脂質	11.1	g	脂質	6.1	g	脂質	8.9	g	脂質	7.9	g
	炭水化物	63.7	g	炭水化物	50.4	g	炭水化物	58.3	g	炭水化物	55.3	g	炭水化物	48.9	g	炭水化物	55.8	g
ナトリウム	1059	mg	ナトリウム	811	mg	ナトリウム	918	mg	ナトリウム	732	mg	ナトリウム	890	mg	ナトリウム	865	mg	
夕 食	魚のフライ チンゲン菜の煮もの あえもの キャベツのソテー			鶏肉さんしょう焼き 煮ころがし コンソメ煮 ナムル			魚の照り焼き ぜんまい煮 ツナソテー あえもの			煮魚 じゃが焼き だし巻き卵 あえもの			えびフライ いり豆腐 焼きびたし あえもの			牛肉のうま煮 カレーソテー あえもの ふろふき大根		
	エネルギー	396	kcal	エネルギー	388	kcal	エネルギー	396	kcal	エネルギー	422	kcal	エネルギー	394	kcal	エネルギー	375	kcal
	蛋白	15.2	g	蛋白	18.5	g	蛋白	14.7	g	蛋白	18.3	g	蛋白	15.4	g	蛋白	14.1	g
	脂質	10.9	g	脂質	6.8	g	脂質	14.6	g	脂質	10	g	脂質	11.9	g	脂質	8.5	g
	炭水化物	58.9	g	炭水化物	62.2	g	炭水化物	49.6	g	炭水化物	62.8	g	炭水化物	54.2	g	炭水化物	59.1	g
ナトリウム	757	mg	ナトリウム	1022	mg	ナトリウム	643	mg	ナトリウム	910	mg	ナトリウム	698	mg	ナトリウム	887	mg	

(注) お受け取り後、速やかに冷蔵庫に入れて下さい。
消費期限は、レトルト以外当日午後8時までです。

◎魚等生鮮品は天候等により変更する場合がありますが、栄養価は類似のものを使用しますのでご了承ください。

◎お粥をご希望の方はお申し出ください。

お届け要領

- ①ご注文は、毎日ご利用いただくことが原則です。
- ②月～土曜日(祭日含む)まで毎日お届けします。
- ③前金でお願い致します。
- ④昼・夕食セットでお届けします。(PM1時まで) 昼のみ、夕のみのご注文も承ります
- ⑤手渡しが原則です。(冷蔵庫がある場合はこの限りではありません。)
- ⑥定期注文戴いている方、次週の変更が有る場合は木曜日の正午までにお知らせください。
- ⑦ご出張・ご旅行等で短期お休みの場合は、2営業日前の正午までにお知らせください。その際、休まれた分は繰り越して精算させていただきます。

調理済食メニューの種類及び価格(消費税込み)

		カロリー	昼食	夕食	
○糖尿病食	○成人病予防食	○ダイエット食	1,200kcal	¥835	¥835
			1,400kcal	¥885	¥885
			1,600kcal	¥915	¥915
			1,800kcal	¥945	¥945
			2,000kcal	¥975	¥975
○やわらか食	高齢者	1,400kcal	¥885	¥885	
		1,600kcal	¥915	¥915	
○腎臓食		1,800kcal	¥865 (副食のみ)	¥865 (副食のみ)	

※腎臓食以外のご飯付価格です。

腎臓のご飯については、お尋ねください。

すこやかキッチン

豊中市東豊中町6-20-18

TEL (06) 4865-5501

FAX (06) 4865-5502

営業時間 AM9時～PM5時

厚生労働省
食事療法用宅配食品栄養指針に基づく