

1200kcal

温めておいしくお召し上がりください。

	1月26日(月)			1月27日(火)			1月28日(水)			1月29日(木)			1月30日(金)			1月31日(土)		
昼 食	魚のみそ漬け焼き 大豆の煮物 ベーコンソテー あえもの			牛肉のすき煮 揚げだし豆腐 佃煮風 あえもの			煮魚 カレーいため 煮びたし あえもの			鶏肉みぞれ煮 みそいため ピリ辛いため あえもの			魚の塩焼き 五目ひじき あえもの 甘酢いため			八宝菜 煮っころがし だしびたし ちくわのいり煮		
	エネルギー	385	kcal	エネルギー	384	kcal	エネルギー	403	kcal	エネルギー	395	kcal	エネルギー	401	kcal	エネルギー	365	kcal
	蛋白	17.6	g	蛋白	19	g	蛋白	16.9	g	蛋白	20	g	蛋白	16.8	g	蛋白	18.2	g
	脂質	9.3	g	脂質	9.2	g	脂質	12.7	g	脂質	10.2	g	脂質	14.7	g	脂質	4.7	g
	炭水化物	56.7	g	炭水化物	53.5	g	炭水化物	53.6	g	炭水化物	52.8	g	炭水化物	49.2	g	炭水化物	61.2	g
ナトリウム	867	mg	ナトリウム	885	mg	ナトリウム	802	mg	ナトリウム	888	mg	ナトリウム	681	mg	ナトリウム	977	mg	
夕 食	豚肉の生姜焼き えびのクリーム煮 あえもの 炊き合わせ			いわしのかば焼き 厚揚げのうま煮 オイスターソース炒め あえもの			牛肉のみそだれ焼き えびそぼろあん スライスオニオン なすの煮もの			白身魚の煮つけ うの花いり煮 サラダ 生姜いため			和風きのこオムレツ 大根のコンソメ煮 チキンソテー あえもの			白身魚薬味じょうゆ 切り干し大根煮 あえもの 辛味いため		
	エネルギー	386	kcal	エネルギー	414	kcal	エネルギー	407	kcal	エネルギー	367	kcal	エネルギー	372	kcal	エネルギー	399	kcal
	蛋白	21.3	g	蛋白	19.8	g	蛋白	20.4	g	蛋白	19.1	g	蛋白	17	g	蛋白	17.7	g
	脂質	6.2	g	脂質	13.7	g	脂質	6.4	g	脂質	7	g	脂質	9.9	g	脂質	11.5	g
	炭水化物	61	g	炭水化物	49.6	g	炭水化物	63.8	g	炭水化物	54.9	g	炭水化物	52.6	g	炭水化物	56.6	g
ナトリウム	942	mg	ナトリウム	791	mg	ナトリウム	712	mg	ナトリウム	755	mg	ナトリウム	783	mg	ナトリウム	916	mg	

## 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

(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・夕セットでお届けします。(PM1時まで)に 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定期注文載っている方、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。

厚生労働省  
食事療法用宅配食品栄養指針に基づく