

1400kcal

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 コロッケ		牛肉のすき煮 揚げだし豆腐 佃煮風 あえもの だし巻き卵		煮魚 カレーいため 煮びたし あえもの 鶏肉のさんしょう焼き		鶏肉みぞれ煮 みそいため ピリ辛いため あえもの ぬくみ豆腐		魚の塩焼き 五目ひじき あえもの 甘酢いため フライ		八宝菜 煮っころがし だしびたし ちくわのいり煮 ハンバーグ	
	エネルギー	512 kcal	エネルギー	515 kcal	エネルギー	503 kcal	エネルギー	495 kcal	エネルギー	519 kcal	エネルギー	486 kcal
	蛋白	19.6 g	蛋白	24.5 g	蛋白	25.3 g	蛋白	26 g	蛋白	23.3 g	蛋白	23.1 g
	脂質	14.9 g	脂質	13.8 g	脂質	15.4 g	脂質	13.5 g	脂質	19.3 g	脂質	9.8 g
	炭水化物	72.9 g	炭水化物	70.1 g	炭水化物	63.3 g	炭水化物	64 g	炭水化物	60.6 g	炭水化物	74.7 g
ナトリウム	1019 mg	ナトリウム	1513 mg	ナトリウム	945 mg	ナトリウム	1088 mg	ナトリウム	804 mg	ナトリウム	1228 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 辛いいため	
	エネルギー	425 kcal	エネルギー	453 kcal	エネルギー	446 kcal	エネルギー	406 kcal	エネルギー	411 kcal	エネルギー	438 kcal
	蛋白	22 g	蛋白	20.5 g	蛋白	21.1 g	蛋白	19.8 g	蛋白	17.7 g	蛋白	18.4 g
	脂質	6.3 g	脂質	13.8 g	脂質	6.5 g	脂質	7.1 g	脂質	10 g	脂質	11.6 g
	炭水化物	69.5 g	炭水化物	58.1 g	炭水化物	72.3 g	炭水化物	63.4 g	炭水化物	61.1 g	炭水化物	65.1 g
ナトリウム	943 mg	ナトリウム	792 mg	ナトリウム	713 mg	ナトリウム	756 mg	ナトリウム	784 mg	ナトリウム	917 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