

温めておいしくお召上がりください。

	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 大豆の煮もの ソテー あえもの コロッケ			牛肉のすき煮 揚げびたし 佃煮風 サラダ			煮魚 カレーいため あえもの ソテー			鶏肉のみぞれ煮 みそいため ピリ辛炒め あえもの			魚の塩焼き なめこあえ 甘酢いため フライ			八宝菜 煮っころがし だしびたし ハンバーグ		
	エネルギー	615	kcal	エネルギー	626	kcal	エネルギー	621	kcal	エネルギー	596	kcal	エネルギー	596	kcal	エネルギー	593	kcal
	蛋白	16.7	g	蛋白	16	g	蛋白	14.3	g	蛋白	16.5	g	蛋白	15.7	g	蛋白	14.7	g
	脂質	13.3	g	脂質	17.9	g	脂質	16.8	g	脂質	16.6	g	脂質	17.7	g	脂質	12.9	g
	炭水化物	105.8	g	炭水化物	97.8	g	炭水化物	102.2	g	炭水化物	93	g	炭水化物	92.5	g	炭水化物	104.4	g
	ナトリウム	911	mg	ナトリウム	888	mg	ナトリウム	655	mg	ナトリウム	885	mg	ナトリウム	575	mg	ナトリウム	944	mg
	カリウム	754	mg	カリウム	821	mg	カリウム	626	mg	カリウム	885	mg	カリウム	573	mg	カリウム	1117	mg
リン	247	mg	リン	260	mg	リン	234	mg	リン	241	mg	リン	243	mg	リン	230	mg	
夕食	豚肉の生姜焼き 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 オイスターソースいため あえもの			牛肉のみそだれ焼き トマト煮 なすの煮もの サラダ			白身魚の煮つけ うの花いり煮 サラダ 生姜いため 春巻き			和風きのこオムレツ 大根のコンソメ煮 あえもの チキンソテー ミルク煮マッシュ			白身魚の薬味じょうゆ ごまみそあえ 辛いいため 皿うどん		
	エネルギー	590	kcal	エネルギー	573	kcal	エネルギー	621	kcal	エネルギー	618	kcal	エネルギー	625	kcal	エネルギー	583	kcal
	蛋白	15.1	g	蛋白	16.2	g	蛋白	15.3	g	蛋白	15.9	g	蛋白	15.9	g	蛋白	16.6	g
	脂質	13.7	g	脂質	11.2	g	脂質	15.6	g	脂質	13.2	g	脂質	16.4	g	脂質	12.7	g
	炭水化物	101.5	g	炭水化物	99.3	g	炭水化物	102	g	炭水化物	107.6	g	炭水化物	102.3	g	炭水化物	101.5	g
	ナトリウム	923	mg	ナトリウム	851	mg	ナトリウム	820	mg	ナトリウム	674	mg	ナトリウム	950	mg	ナトリウム	932	mg
	カリウム	827	mg	カリウム	803	mg	カリウム	772	mg	カリウム	904	mg	カリウム	959	mg	カリウム	729	mg
リン	231	mg	リン	254	mg	リン	212	mg	リン	233	mg	リン	276	mg	リン	236	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 エツ 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)

※腎臓食以外はご飯付価格です。
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