

様

糖尿病・成人病予防・ダイエット食献立表

電子レンジOK!

L-1

1200kcal

温めておいしくお召し上がりください。

	2月2日(月)	2月3日(火)	2月4日(水)	2月5日(木)	2月6日(金)	2月7日(土)
星 食	西京焼き いりどり 酢のもの ボトフ	牛肉の和風焼き えびのうま煮 ソテー あえもの	煮魚 サラダ オイスターソースいため じか煮	ローストチキン 大根炊き ソテー サラダ	ポパイオムレツ えびのソテー ¹ いため煮 酢のもの	カレームニエル 信田煮 あえもの 洋風煮
	エネルギー 蛋白 脂質 炭水化物 ナトリウム	385 kcal 20.3 g 8.1 g 56 g 797 mg	エネルギー 蛋白 脂質 炭水化物 ナトリウム	401 kcal 22.4 g 8.7 g 55.3 g 748 mg	エネルギー 蛋白 脂質 炭水化物 ナトリウム	379 kcal 16.9 g 9.5 g 54.5 g 715 mg
	エネルギー 蛋白 脂質 炭水化物 ナトリウム	364 kcal 17.5 g 10.2 g 50.6 g 887 mg	エネルギー 蛋白 脂質 炭水化物 ナトリウム	381 kcal 16.4 g 9.2 g 56.5 g 828 mg	エネルギー 蛋白 脂質 炭水化物 ナトリウム	367 kcal 17 g 10.3 g 51.6 g 759 mg
	とんすき風 魚のアーモンドニエル 大根の煮もの あえもの	焼魚 みそ田楽 あえもの 甘辛煮	鶏肉の梅風味 ツナソテー ² おひたし かぼちゃの含め煮	天ぷら ポークチャップ あえもの 白菜煮	麻婆豆腐 サラダ 粉ふき煮 はんぺんバター焼き	牛肉のバター焼き 厚揚げの煮もの あえもの ごぼうのみそ焼き
	エネルギー 蛋白 脂質 炭水化物 ナトリウム	400 kcal 20.3 g 12.3 g 49.8 g 716 mg	エネルギー 蛋白 脂質 炭水化物 ナトリウム	404 kcal 16.5 g 11.1 g 61.5 g 820 mg	エネルギー 蛋白 脂質 炭水化物 ナトリウム	399 kcal 13.9 g 11.6 g 57.1 g 805 mg
	エネルギー 蛋白 脂質 炭水化物 ナトリウム	675 mg	ナトリウム	675 mg	ナトリウム	404 kcal 20.5 g 11.1 g 53.9 g 906 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頂きます。

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	1,200kcal	¥835	¥835	
		1,400kcal	¥885	¥885	
		1,600kcal	¥915	¥915	
		1,800kcal	¥945	¥945	
		2,000kcal	¥975	¥975	
		1,400kcal 1,600kcal	¥885 ¥915	¥885 ¥915	
○やわらか食		1,800kcal	¥865 (副食のみ)	¥865 (副食のみ)	
○高齢者					
○腎臓食					

※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。

厚生労働省
食事療法用宅配食品栄養指針に基づく

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