

1400kcal

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)	
昼食	西京焼き いりどり 酢のもの ポトフ サラダ		牛肉の和風焼き えびのうま煮 ソテー あえもの クリーム煮		煮魚 サラダ オイスターソースいため じか煮 お好み焼き風		ローストチキン 大根炊き ソテー サラダ スパゲティ		ポパイオムレツ えびのソテー いため煮 酢のもの がんも煮		カレームニエル 信田煮 あえもの 洋風煮 鶏肉の照り煮	
	エネルギー	495 kcal	エネルギー	519 kcal	エネルギー	505 kcal	エネルギー	473 kcal	エネルギー	480 kcal	エネルギー	469 kcal
	蛋白	23 g	蛋白	24.4 g	蛋白	22 g	蛋白	20.7 g	蛋白	21 g	蛋白	25.4 g
	脂質	12.2 g	脂質	11.3 g	脂質	16.3 g	脂質	12.8 g	脂質	13.8 g	脂質	13 g
	炭水化物	71.4 g	炭水化物	76.6 g	炭水化物	64.6 g	炭水化物	68.3 g	炭水化物	65.9 g	炭水化物	61.3 g
ナトリウム	991 mg	ナトリウム	933 mg	ナトリウム	1016 mg	ナトリウム	1053 mg	ナトリウム	934 mg	ナトリウム	902 mg	
夕食	とんすき風 魚のアーモンドムニエル 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 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 ごぼうのみそ炊き	
	エネルギー	393 kcal	エネルギー	423 kcal	エネルギー	439 kcal	エネルギー	443 kcal	エネルギー	438 kcal	エネルギー	443 kcal
	蛋白	18.5 g	蛋白	18.4 g	蛋白	21 g	蛋白	17.2 g	蛋白	14.6 g	蛋白	21.2 g
	脂質	7.9 g	脂質	12.4 g	脂質	7.5 g	脂質	11.2 g	脂質	11.7 g	脂質	11.2 g
	炭水化物	60.7 g	炭水化物	58.3 g	炭水化物	70 g	炭水化物	65.8 g	炭水化物	65.6 g	炭水化物	62.4 g
ナトリウム	799 mg	ナトリウム	717 mg	ナトリウム	821 mg	ナトリウム	676 mg	ナトリウム	806 mg	ナトリウム	907 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