

1200kcal

温めておいしくお召上がりください。

		2月16日(月)			2月17日(火)			2月18日(水)			2月19日(木)			2月20日(金)			2月21日(土)						
昼 食		鶏肉のレモンソテー 五目うま煮 おひたし 中華風いため			牛肉のみそだれ焼き 煮豆 山菜煮 あえもの			魚の塩焼き 炊き合わせ ニラいため おひたし			天ぷら 豚肉の生姜煮 あえもの カレーソテー			魚の風味焼き 高野豆腐の含め煮 あえもの ポトフ			中華風卵焼き 牛肉のソテー れんこんのサッと煮 おひたし						
	エネルギー	377	kcal		エネルギー	369	kcal		エネルギー	420	kcal		エネルギー	396	kcal		エネルギー	358	kcal		エネルギー	405	kcal
	蛋白	19.4	g		蛋白	19.7	g		蛋白	15.6	g		蛋白	15.9	g		蛋白	18.5	g		蛋白	20.1	g
	脂質	7	g		脂質	7.9	g		脂質	16.1	g		脂質	9.9	g		脂質	9.1	g		脂質	11.6	g
	炭水化物	58.2	g		炭水化物	53.9	g		炭水化物	50.5	g		炭水化物	59.4	g		炭水化物	48.8	g		炭水化物	52.9	g
ナトリウム	836	mg		ナトリウム	687	mg		ナトリウム	702	mg		ナトリウム	704	mg		ナトリウム	606	mg		ナトリウム	920	mg	
夕 食		いわしのかば焼き ぜんまい煮 みそ田楽 あえもの			白身魚薬味じょうゆ ひじき煮 豚肉の和風焼き 二色あえ			鶏肉の中華風照り焼き 甘酢いため あえもの 根菜煮			牛肉のうま煮 焼き魚 とろみ煮 あえもの			八宝菜 わかさぎの南蛮漬け わかめの煮もの あえもの			魚の煮つけ ぜんまいの煮もの サラダ もやしのソテー						
	エネルギー	422	kcal		エネルギー	350	kcal		エネルギー	376	kcal		エネルギー	377	kcal		エネルギー	347	kcal		エネルギー	365	kcal
	蛋白	17	g		蛋白	19.6	g		蛋白	20.1	g		蛋白	20.4	g		蛋白	17.4	g		蛋白	18.4	g
	脂質	12.8	g		脂質	8.6	g		脂質	6.8	g		脂質	9.4	g		脂質	6.3	g		脂質	8	g
	炭水化物	58.1	g		炭水化物	46.1	g		炭水化物	57.9	g		炭水化物	50.7	g		炭水化物	55	g		炭水化物	51.2	g
ナトリウム	957	mg		ナトリウム	666	mg		ナトリウム	684	mg		ナトリウム	920	mg		ナトリウム	918	mg		ナトリウム	735	mg	

調理済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

(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。