

1400kcal

温めておいしくお召し上がりください。

	2月23日(月)			2月24日(火)			2月25日(水)			2月26日(木)			2月27日(金)			2月28日(土)		
昼食	焼魚 大根煮 サラダ ごま風味いため だし巻き卵			焼魚 なると煮 精進揚げ 酢のもの いり卵			牛肉のうま煮 はんぺんチーズ焼き あえもの ふき煮 がんもどきの煮もの			煮魚 高野豆腐の含め煮 あえもの みそいため スパゲティ			豚肉の煮もの 揚げだし豆腐 かぼちゃ煮 あえもの バター焼き			ムニエル みそ田楽 おひたし 山菜煮 フライ		
	エネルギー	509	kcal	エネルギー	512	kcal	エネルギー	464	kcal	エネルギー	514	kcal	エネルギー	492	kcal	エネルギー	489	kcal
	蛋白	22.7	g	蛋白	24.2	g	蛋白	21.8	g	蛋白	20.6	g	蛋白	22.7	g	蛋白	24.6	g
	脂質	17.6	g	脂質	15.2	g	脂質	11.6	g	脂質	10.5	g	脂質	10.4	g	脂質	10	g
	炭水化物	64.7	g	炭水化物	66	g	炭水化物	67.3	g	炭水化物	80.7	g	炭水化物	73.3	g	炭水化物	73.8	g
ナトリウム	673	mg	ナトリウム	990	mg	ナトリウム	1005	mg	ナトリウム	1132	mg	ナトリウム	1001	mg	ナトリウム	1025	mg	
夕食	鶏肉のから揚げ 煮やっこ 酢のもの カレー風味			シヤリアピンポーク ごった煮 青菜のいため煮 あえもの			魚の照り焼き オムレツの野菜あん 煮びたし 酢のもの			鶏肉の山椒焼き コンソメ煮 あえもの チャンプルー			白身魚の甘酢あん 卵焼き あえもの 切り干し大根煮			牛肉の南部焼き 里芋煮 コーンソテー あえもの		
	エネルギー	435	kcal	エネルギー	470	kcal	エネルギー	481	kcal	エネルギー	423	kcal	エネルギー	413	kcal	エネルギー	417	kcal
	蛋白	21.8	g	蛋白	21.1	g	蛋白	23.4	g	蛋白	23.9	g	蛋白	18.2	g	蛋白	16.6	g
	脂質	10.9	g	脂質	12.2	g	脂質	13.8	g	脂質	6.9	g	脂質	5.5	g	脂質	7.7	g
	炭水化物	61.2	g	炭水化物	67.2	g	炭水化物	63.3	g	炭水化物	64.7	g	炭水化物	70.8	g	炭水化物	69.1	g
ナトリウム	765	mg	ナトリウム	1130	mg	ナトリウム	1010	mg	ナトリウム	974	mg	ナトリウム	733	mg	ナトリウム	881	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・タセットでお届けします。(PM1時まで) 昼のみ、タ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