

1200kcal

温めておいしくお召し上がりください。

		3月2日(月)		3月3日(火)		3月4日(水)		3月5日(木)		3月6日(金)		3月7日(土)			
昼 食		牛じゃが ごぼうのいり煮 チーズ焼き 酢のもの		魚の南蛮漬け 煮びたし きんぴら風 あえもの		鶏肉のしそ焼き 田舎煮 天ぷら あえもの		魚の木の芽焼き 卵グラタン いため煮 あえもの		焼魚 なると煮 野菜いため あえもの		豚肉と筍べっこう煮 田楽 ささみの蒸し焼き あえもの			
	エネルギー	415	kcal	エネルギー	428	kcal	エネルギー	371	kcal	エネルギー	389	kcal	エネルギー	397	kcal
	蛋白	18.3	g	蛋白	18.9	g	蛋白	19	g	蛋白	17.5	g	蛋白	16.6	g
	脂質	8	g	脂質	11.6	g	脂質	8.8	g	脂質	13.3	g	脂質	14.2	g
	炭水化物	66	g	炭水化物	61.6	g	炭水化物	50.5	g	炭水化物	48.1	g	炭水化物	49.2	g
ナトリウム	891	mg	ナトリウム	1023	mg	ナトリウム	758	mg	ナトリウム	656	mg	ナトリウム	788	mg	
夕 食		魚の照り焼き ビーフソテー 炊き合わせ あえもの		豚肉のカレーいため おでん 洋風煮 おひたし		ムニエル あえもの かぼちゃのみそいため 豆腐の生姜あん		牛肉の和風煮 ギョーザ ひじき煮 あえもの		鶏肉のごまいため 山菜煮 ベーコンビーنز あえもの		フライ もやしいため がんもどきの煮物 あえもの			
	エネルギー	415	kcal	エネルギー	381	kcal	エネルギー	388	kcal	エネルギー	366	kcal	エネルギー	410	kcal
	蛋白	18.3	g	蛋白	19.5	g	蛋白	20.8	g	蛋白	14.8	g	蛋白	25.4	g
	脂質	10.7	g	脂質	10.9	g	脂質	7.5	g	脂質	6.6	g	脂質	7.8	g
	炭水化物	58.6	g	炭水化物	50.9	g	炭水化物	57.3	g	炭水化物	60.7	g	炭水化物	58.5	g
ナトリウム	853	mg	ナトリウム	841	mg	ナトリウム	694	mg	ナトリウム	636	mg	ナトリウム	974	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