

1400kcal

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 卵いため | | 魚の南蛮漬け 煮びたし きんぴら風 あえもの 焼売 | | 鶏肉のしそ焼き 田舎煮 天ぷら あえもの 魚の薬味じょうゆ | | 魚の木の芽焼き 卵グラタン いため煮 あえもの 厚揚げの七味焼き | | 焼魚 なると煮 野菜いため あえもの 焼きそば | | 豚肉と筍べっこう煮 田楽 ささみの蒸し焼き あえもの サラダ | |
| | エネルギー | 519 | kcal | 538 | kcal | 459 | kcal | 518 | kcal | 508 | kcal | 512 | kcal |
| | 蛋白 | 23.2 | g | 22.4 | g | 25.7 | g | 23.8 | g | 21 | g | 23.8 | g |
| | 脂質 | 12.7 | g | 15.6 | g | 11 | g | 20.1 | g | 15.9 | g | 14 | g |
| | 炭水化物 | 76.2 | g | 76.2 | g | 59.5 | g | 58.1 | g | 67.4 | g | 71.8 | g |
| ナトリウム | 1142 | mg | 1167 | mg | 909 | mg | 909 | mg | 1049 | mg | 991 | 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 ベーコンピーンズ 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 | 454 | kcal | 420 | kcal | 427 | kcal | 405 | kcal | 449 | kcal | 422 | kcal |
| | 蛋白 | 19 | g | 20.2 | g | 21.5 | g | 15.5 | g | 26.1 | g | 18.9 | g |
| | 脂質 | 10.8 | g | 11 | g | 7.6 | g | 6.7 | g | 7.9 | g | 12 | g |
| | 炭水化物 | 67.1 | g | 59.4 | g | 65.8 | g | 69.2 | g | 67 | g | 58.7 | g |
| ナトリウム | 854 | mg | 842 | mg | 695 | mg | 637 | mg | 975 | mg | 730 | 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