

1400kcal

温めておいしくお召し上がりください。

| | 3月9日(月) | | 3月10日(火) | | 3月11日(水) | | 3月12日(木) | | 3月13日(金) | | 3月14日(土) | |
|-------|---|----------|---------------------------------------|----------|--|----------|-------------------------------------|----------|---|----------|---|----------|
| 昼食 | 魚の葱ソース 大根のうま煮 ケチャップソテー あえもの だし巻き卵 | | 肉豆腐 開きすのソテー じか煮 あえもの コロッケ | | 牛肉の南蛮煮 煮豆 桜えびのいためもの あえもの わかさぎのから揚げ | | 焼魚 みそいため 根菜煮 あえもの カレー風味 | | 煮魚 ミートボール 甘辛煮 あえもの マーガリン焼き | | 鶏肉の香味焼き 炊き合わせ 焼き豚ソテー あえもの 焼きうどん | |
| | エネルギー | 489 kcal | エネルギー | 517 kcal | エネルギー | 455 kcal | エネルギー | 484 kcal | エネルギー | 479 kcal | エネルギー | 485 kcal |
| | 蛋白 | 18.9 g | 蛋白 | 25.2 g | 蛋白 | 24.5 g | 蛋白 | 20.7 g | 蛋白 | 20 g | 蛋白 | 23.2 g |
| | 脂質 | 12.6 g | 脂質 | 13 g | 脂質 | 9.5 g | 脂質 | 10 g | 脂質 | 11.2 g | 脂質 | 6.3 g |
| | 炭水化物 | 70.9 g | 炭水化物 | 71.2 g | 炭水化物 | 67.5 g | 炭水化物 | 75.9 g | 炭水化物 | 71.3 g | 炭水化物 | 80 g |
| ナトリウム | 581 mg | ナトリウム | 903 mg | ナトリウム | 953 mg | ナトリウム | 929 mg | ナトリウム | 1197 mg | ナトリウム | 936 mg | |
| 夕食 | 牛肉のすき煮 天ぷら ソテー 即席漬け | | ハンバーグ サラダ なすのサッと煮 おひたし | | 煮魚 野菜いため 酢のもの ホイル焼き | | 鶏肉の網焼き かぼちゃとろみあん 和風いため 生姜酢 | | 豚肉のつけ焼き 豆腐の五目煮 じゃが芋のソテー スライスオニオン | | 白身魚の照り焼き 焼き肉 キャベツの甘酢 二色びたし | |
| | エネルギー | 427 kcal | エネルギー | 414 kcal | エネルギー | 474 kcal | エネルギー | 430 kcal | エネルギー | 454 kcal | エネルギー | 472 kcal |
| | 蛋白 | 18.7 g | 蛋白 | 16.2 g | 蛋白 | 21.4 g | 蛋白 | 18.7 g | 蛋白 | 21.1 g | 蛋白 | 21.5 g |
| | 脂質 | 11.8 g | 脂質 | 11.5 g | 脂質 | 10 g | 脂質 | 7.2 g | 脂質 | 8.1 g | 脂質 | 12.6 g |
| | 炭水化物 | 60.1 g | 炭水化物 | 57.9 g | 炭水化物 | 73.3 g | 炭水化物 | 68.6 g | 炭水化物 | 72 g | 炭水化物 | 64.5 g |
| ナトリウム | 774 mg | ナトリウム | 634 mg | ナトリウム | 726 mg | ナトリウム | 703 mg | ナトリウム | 811 mg | ナトリウム | 756 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
食事療法定用宅配食品栄養指針に基づく