

温めておいしくお召上がりください。

		3月16日(月)		3月17日(火)		3月18日(水)		3月19日(木)		3月20日(金)		3月21日(土)	
昼食		魚のカレー揚げ 麻婆春雨 サラダ ベーコンソテー		鶏肉の薬味じょうゆ わらびの煮もの あえもの オイスターいため マヨネーズ焼き		ムニエル 豆腐のみぞれ煮 こんにゃくのいり煮 あえもの ギョーザ		オムレツかにあん 豚肉の生姜煮 サラダ 焼きなす 含め煮		牛肉のちくぜん煮 みそいため 酢のもの なすの揚げ煮		焼魚 煮もの あえもの 野菜のソテー	
	エネルギー	631	kcal	エネルギー	631	エネルギー	556	エネルギー	605	エネルギー	598	エネルギー	583
	蛋白質	13.8	g	蛋白質	15.1	蛋白質	16.1	蛋白質	13.6	蛋白質	13.3	蛋白質	14.3
	脂質	19.3	g	脂質	21.5	脂質	12.3	脂質	13.9	脂質	15.6	脂質	13.9
	炭水化物	98.2	g	炭水化物	92.4	炭水化物	93.7	炭水化物	104.3	炭水化物	100.4	炭水化物	99.6
	ナトリウム	730	mg	ナトリウム	890	ナトリウム	769	ナトリウム	822	ナトリウム	935	ナトリウム	737
	カリウム	618	mg	カリウム	750	カリウム	648	カリウム	653	カリウム	826	カリウム	909
リン	201	mg	リン	237	リン	235	リン	232	リン	245	リン	234	
夕食		豚肉マヨネーズ'焼き トマト煮 白菜煮 せん切りいため		煮魚 精進揚げ コーンソテー ポン酢じょうゆあえ		牛肉バーベキュー焼き ナムル れんこんのきんぴら スパゲティ-サラダ オニオンリング		鶏肉のカレー揚げ 里芋の煮もの スープ煮 土佐あえ 焼きそば		白身魚タルタルソース焼き ごまいため あえもの クリームコロッケ		豚肉の中華うま煮 なすの煮もの さつまいもの甘煮 コロッケ あえもの	
	エネルギー	612	kcal	エネルギー	630	エネルギー	629	エネルギー	644	エネルギー	599	エネルギー	636
	蛋白質	17.7	g	蛋白質	13.6	蛋白質	13.6	蛋白質	17.8	蛋白質	15.5	蛋白質	15.5
	脂質	13.9	g	脂質	15.1	脂質	16.1	脂質	16.2	脂質	16.9	脂質	15.3
	炭水化物	102.6	g	炭水化物	107.1	炭水化物	107	炭水化物	104.8	炭水化物	96.5	炭水化物	101.2
	ナトリウム	986	mg	ナトリウム	595	ナトリウム	829	ナトリウム	860	ナトリウム	777	ナトリウム	894
	カリウム	870	mg	カリウム	775	カリウム	801	カリウム	926	カリウム	654	カリウム	862
リン	268	mg	リン	210	リン	219	リン	246	リン	223	リン	261	

### 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 エツ 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・夕食セットでお届けします。(PM1時まで)に 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。