

1200kcal

温めておいしくお召し上がりください。

| | 3月23日(月) | | | 3月24日(火) | | | 3月25日(水) | | | 3月26日(木) | | | 3月27日(金) | | | 3月28日(土) | | |
|--------|-------------------------------------|------|-------|---------------------------------------|------|-------|-------------------------------------|------|-------|-----------------------------------|------|-------|--|------|-------|-------------------------------|------|------|
| 昼 食 | 牛肉のごまソース 含め煮 あえもの ごぼうのいり煮 | | | 煮魚 南蛮豆腐 洋風煮 なすの和風マリネ | | | 豚肉のくわ焼き かぼちゃ煮 厚焼き卵 酢のもの | | | 焼魚 信田煮 肉団子のとろみあん まさごあえ | | | 鶏肉のレモンソテー なすいため 切り昆布の煮もの 即席漬け | | | 焼魚 ソテー 中華あえ ツナびたし | | |
| | エネルギー | 374 | kcal | エネルギー | 373 | kcal | エネルギー | 390 | kcal | エネルギー | 419 | kcal | エネルギー | 380 | kcal | エネルギー | 416 | kcal |
| | 蛋白 | 15.8 | g | 蛋白 | 16.6 | g | 蛋白 | 18.7 | g | 蛋白 | 19.7 | g | 蛋白 | 21.6 | g | 蛋白 | 16 | g |
| | 脂質 | 6.7 | g | 脂質 | 8 | g | 脂質 | 6.2 | g | 脂質 | 12.5 | g | 脂質 | 7.1 | g | 脂質 | 16.2 | g |
| | 炭水化物 | 61.6 | g | 炭水化物 | 57.2 | g | 炭水化物 | 63 | g | 炭水化物 | 55 | g | 炭水化物 | 56.5 | g | 炭水化物 | 49.7 | g |
| ナトリウム | 719 | mg | ナトリウム | 893 | mg | ナトリウム | 600 | mg | ナトリウム | 774 | mg | ナトリウム | 817 | mg | ナトリウム | 793 | mg | |
| 夕 食 | ムニエル えびとなすのうま煮 煮っころがし あえもの | | | 鶏肉アーモンド焼き ケチャップソテー いため煮 酢のもの | | | 白身魚の和風焼き 五目ソテー ごまマヨネーズ 煮しめ | | | 牛肉の中華煮 かぼちゃのソテー 甘辛煮 あえもの | | | 煮魚 クリーム煮 れんこん煮 おひたし | | | オムレツ グラタン風 山菜煮 もろきゅう | | |
| | エネルギー | 401 | kcal | エネルギー | 428 | kcal | エネルギー | 396 | kcal | エネルギー | 359 | kcal | エネルギー | 404 | kcal | エネルギー | 417 | kcal |
| | 蛋白 | 19.5 | g | 蛋白 | 18.6 | g | 蛋白 | 17.9 | g | 蛋白 | 15.2 | g | 蛋白 | 14.8 | g | 蛋白 | 17 | g |
| | 脂質 | 9.5 | g | 脂質 | 9.4 | g | 脂質 | 10.8 | g | 脂質 | 5.7 | g | 脂質 | 10.3 | g | 脂質 | 11.8 | g |
| | 炭水化物 | 57.8 | g | 炭水化物 | 64.8 | g | 炭水化物 | 55.1 | g | 炭水化物 | 59.4 | g | 炭水化物 | 60 | g | 炭水化物 | 58.7 | g |
| ナトリウム | 862 | mg | ナトリウム | 819 | mg | ナトリウム | 735 | mg | ナトリウム | 805 | mg | ナトリウム | 835 | mg | ナトリウム | 688 | mg | |

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

(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)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定期注文載っている方、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。

厚生労働省
食事療法用宅配食品栄養指針に基づく