

1400kcal

温めておいしくお召し上がりください。

	3月30日(月)			3月31日(火)			4月1日(水)			4月2日(木)			4月3日(金)			4月4日(土)		
昼食	酢豚 魚の薬味醤油 ナムル 若竹煮 ビーフンソテー			焼魚 なると煮 精進揚げ 酢のもの いり卵			ムニエル 高野煮 うどカリカリいため 松前漬け かぼちゃ天			牛肉のすき煮 厚揚げ焼き たらこいため あえもの ハンバーグ			煮魚 チンゲン菜のソテー 生姜煮 あえもの チキンカツ			魚の梅煮 いり豆腐 あえもの カレー風味 えびのソテー		
	エネルギー	482	kcal	エネルギー	512	kcal	エネルギー	460	kcal	エネルギー	515	kcal	エネルギー	522	kcal	エネルギー	496	kcal
	蛋白	24.2	g	蛋白	24.2	g	蛋白	22.9	g	蛋白	23.2	g	蛋白	26.7	g	蛋白	24.6	g
	脂質	8.8	g	脂質	15.2	g	脂質	10.8	g	脂質	16.4	g	脂質	15.2	g	脂質	11.9	g
	炭水化物	74	g	炭水化物	66	g	炭水化物	65.1	g	炭水化物	66.6	g	炭水化物	65.9	g	炭水化物	69.3	g
ナトリウム	1000	mg	ナトリウム	990	mg	ナトリウム	1019	mg	ナトリウム	1070	mg	ナトリウム	1225	mg	ナトリウム	955	mg	
夕食	ムニエル だし巻き卵 きんぴらごぼう サラダ			シヤリアピンポーク ごった煮 青菜のいため煮 あえもの			ポークソテー 切り干し大根煮 なすの田楽 あえもの			魚の煮つけ ごまいため ふかし芋 あえもの			オリエンタルソテー 卵豆腐のあんかけ 田舎煮 あえもの			親子煮 大豆の煮もの はんぺんチーズ焼き あえもの		
	エネルギー	473	kcal	エネルギー	470	kcal	エネルギー	475	kcal	エネルギー	399	kcal	エネルギー	413	kcal	エネルギー	445	kcal
	蛋白	18.8	g	蛋白	21.1	g	蛋白	23.1	g	蛋白	20.8	g	蛋白	17.4	g	蛋白	23.6	g
	脂質	12.7	g	脂質	12.2	g	脂質	14.2	g	脂質	3.6	g	脂質	7.1	g	脂質	10.1	g
	炭水化物	69	g	炭水化物	67.2	g	炭水化物	62.1	g	炭水化物	67.5	g	炭水化物	68.9	g	炭水化物	63.5	g
ナトリウム	613	mg	ナトリウム	1130	mg	ナトリウム	957	mg	ナトリウム	839	mg	ナトリウム	826	mg	ナトリウム	868	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