

温めておいしくお召し上がりください。

	4月6日(月)	4月7日(火)	4月8日(水)	4月9日(木)	4月10日(金)	4月11日(土)
昼 食	魚の野菜あんかけ 山菜いため もろきゅう 焼きびたし シューマイ	牛肉のちくぜん煮 ギョーザ あえもの サラダ	魚のみぞれ煮 オムレツ ニラいため あえもの 煮もの	豚肉の中華いため はんぺんバター焼き きんぴらごぼう あえもの	ハンバーグ 煮しめ 二色あえ 甘辛いため スペゲティー	鶏肉の薑味じょうゆ せんまい煮 あえもの 芋煮
	エネルギー 604 kcal	エネルギー 609 kcal	エネルギー 583 kcal	エネルギー 557 kcal	エネルギー 606 kcal	エネルギー 626 kcal
	蛋白 14.8 g	蛋白 15.1 g	蛋白 14.7 g	蛋白 13.1 g	蛋白 13.3 g	蛋白 13.4 g
	脂質 18.2 g	脂質 12.5 g	脂質 15 g	脂質 11.4 g	脂質 12.3 g	脂質 18.6 g
	炭水化物 96 g	炭水化物 109 g	炭水化物 94.7 g	炭水化物 98.8 g	炭水化物 110.7 g	炭水化物 100 g
	ナトリウム 914 mg	ナトリウム 860 mg	ナトリウム 836 mg	ナトリウム 833 mg	ナトリウム 1054 mg	ナトリウム 619 mg
	カリウム 648 mg	カリウム 749 mg	カリウム 879 mg	カリウム 625 mg	カリウム 915 mg	カリウム 821 mg
	リン 207 mg	リン 230 mg	リン 226 mg	リン 187 mg	リン 238 mg	リン 207 mg
	豚肉マヨネーズ焼き 煮もの きんぴら風 おひたし フライ	フライ 煮もの 大豆のカレー風味 あえもの	鶏肉ケチャップ焼き 若竹煮 サラダ だし巻き卵	白身魚の煮つけ おでん煮 あえもの さつま芋のマヨネーズ焼き	牛肉ときのこのシチュー 白菜の煮もの えびのバター焼き サラダ	焼きそば フライ 酢のもの 白菜煮
	エネルギー 612 kcal	エネルギー 586 kcal	エネルギー 623 kcal	エネルギー 575 kcal	エネルギー 565 kcal	エネルギー 611 kcal
夕 食	蛋白 15.2 g	蛋白 14.9 g	蛋白 15 g	蛋白 14.5 g	蛋白 16.2 g	蛋白 14.8 g
	脂質 15.1 g	脂質 17.4 g	脂質 14 g	脂質 11.6 g	脂質 13.7 g	脂質 14 g
	炭水化物 103.2 g	炭水化物 91.6 g	炭水化物 109.3 g	炭水化物 102.9 g	炭水化物 94.2 g	炭水化物 107.1 g
	ナトリウム 891 mg	ナトリウム 734 mg	ナトリウム 707 mg	ナトリウム 784 mg	ナトリウム 736 mg	ナトリウム 661 mg
	カリウム 892 mg	カリウム 737 mg	カリウム 987 mg	カリウム 718 mg	カリウム 788 mg	カリウム 768 mg
	リン 246 mg	リン 240 mg	リン 241 mg	リン 218 mg	リン 262 mg	リン 262 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

- 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。
- 前金でお願い致します。
- 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
- 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。)
- 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。
- 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頂きます。

### 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 ツ ト 食	1,200kcal	¥835
			1,400kcal	¥885
			1,600kcal	¥915
			1,800kcal	¥945
			2,000kcal	¥975
○やわらか食	高 齢 者		1,400kcal	¥885
			1,600kcal	¥915
○腎臓食			1,800kcal	¥865 (副食のみ)

※腎臓食以外はご飯付価格です。

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