

1400kcal

温めておいしくお召し上がりください。

	4月13日（月）			4月14日（火）			4月15日（水）			4月16日（木）			4月17日（金）			4月18日（土）		
昼食	魚の照り焼き ふきの煮もの あえもの そばろいため じゃが芋のカレー風味			煮魚 山菜いため ごま揚げ あえもの がんもどきの煮もの			牛肉のいためもの 卵豆腐のあんかけ きゅうりもみ 甘辛煮 厚揚げの煮もの			鶏肉の和風おろし 高野豆腐の含め煮 あえもの みそいため サラダ			魚の塩焼き 磯辺焼き わらびの煮もの あえもの ビーフンソテー			豚肉のカレー煮込み いり豆腐 炊き合わせ あえもの ふかし芋		
	エネルギー	491	kcal	エネルギー	513	kcal	エネルギー	481	kcal	エネルギー	533	kcal	エネルギー	486	kcal	エネルギー	502	kcal
	蛋白	18.5	g	蛋白	28.2	g	蛋白	20.2	g	蛋白	21.3	g	蛋白	21.7	g	蛋白	24	g
	脂質	12	g	脂質	14.8	g	脂質	12.2	g	脂質	13.5	g	脂質	12	g	脂質	14.1	g
	炭水化物	75	g	炭水化物	63.6	g	炭水化物	71	g	炭水化物	80.2	g	炭水化物	71.7	g	炭水化物	68.7	g
夕食	ナトリウム	876	mg	ナトリウム	1550	mg	ナトリウム	1136	mg	ナトリウム	1125	mg	ナトリウム	1149	mg	ナトリウム	1110	mg
	鶏肉の辛み煮 オムレツ 厚揚げの煮もの あえもの			豚肉の生姜焼き 昆布豆 コーンソテー あえもの			有馬煮 田楽 ロールキャベツ あえもの			魚の中華漬焼 白菜煮 カレーソテー あえもの			牛肉のすき煮 えびの煮もの あえもの きんぴらごぼう			魚のみそ漬け焼き とろみ煮 切り干し大根煮 もみ漬け		
	エネルギー	425	kcal	エネルギー	406	kcal	エネルギー	463	kcal	エネルギー	417	kcal	エネルギー	447	kcal	エネルギー	443	kcal
	蛋白	21.3	g	蛋白	20	g	蛋白	23.2	g	蛋白	18.9	g	蛋白	21.5	g	蛋白	22.8	g
	脂質	10.2	g	脂質	7	g	脂質	8.9	g	脂質	9.3	g	脂質	6.8	g	脂質	9	g
	炭水化物	58.2	g	炭水化物	65.5	g	炭水化物	68.5	g	炭水化物	62	g	炭水化物	72.4	g	炭水化物	65.2	g
	ナトリウム	748	mg	ナトリウム	807	mg	ナトリウム	938	mg	ナトリウム	1117	mg	ナトリウム	921	mg	ナトリウム	1089	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・タセットでお届けします。（PM1時まで） 昼のみ、タ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