

糖尿病・成人病予防・ダイエット食献立表

電子レンジOK!

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 そぼろいため じやが芋のカレー風味	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 蛋白 脂質 炭水化物 ナトリウム	491 kcal 18.5 g 12 g 75 g 876 mg	エネルギー 蛋白 脂質 炭水化物 ナトリウム	513 kcal 28.2 g 14.8 g 63.6 g 1550 mg	エネルギー 蛋白 脂質 炭水化物 ナトリウム	481 kcal 20.2 g 12.2 g 71 g 1136 mg	エネルギー 蛋白 脂質 炭水化物 ナトリウム	533 kcal 21.3 g 13.5 g 80.2 g 1125 mg	エネルギー 蛋白 脂質 炭水化物 ナトリウム	486 kcal 21.7 g 12 g 71.7 g 1149 mg	エネルギー 蛋白 脂質 炭水化物 ナトリウム	502 kcal 24 g 14.1 g 68.7 g 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	魚のみぞ漬け焼き とろみ煮 切り干し大根煮 もみ漬け						
	エネルギー 蛋白 脂質 炭水化物 ナトリウム	425 kcal 21.3 g 10.2 g 58.2 g 748 mg	エネルギー 蛋白 脂質 炭水化物 ナトリウム	406 kcal 20 g 7 g 65.5 g 807 mg	エネルギー 蛋白 脂質 炭水化物 ナトリウム	463 kcal 23.2 g 8.9 g 68.5 g 938 mg	エネルギー 蛋白 脂質 炭水化物 ナトリウム	417 kcal 18.9 g 9.3 g 62 g 1117 mg	エネルギー 蛋白 脂質 炭水化物 ナトリウム	447 kcal 21.5 g 6.8 g 72.4 g 921 mg	エネルギー 蛋白 脂質 炭水化物 ナトリウム	443 kcal 22.8 g 9 g 65.2 g 1089 mg
	調理済食メニューの種類及び価格(消費税込み)											
	○ 糖尿病食		○ 成人病予防食		○ ダイエット食		カロリー	昼食	夕食	食事療法用宅配食品栄養指針に基づく 厚生労働省		
							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		¥865 (副食のみ)	¥865 (副食のみ)				
					1,800kcal							

(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。
- 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・夕食でお届けします。(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、次週の変更があ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。

※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