

糖尿病・成人病予防・ダイエット食献立表

1600kcal

温めておいしくお召し上がりください。

	5月11日(月)		5月12日(火)		5月13日(水)		5月14日(木)		5月15日(金)		5月16日(土)	
昼食	魚の南蛮漬け 牛肉のみそいため あえもの 当座煮 マッシュポテト		豚肉の和風焼き 野菜の煮もの サラダ あえもの		ムニエル 煮もの せん切りいため あえもの 肉団子		オムレツ 生姜煮 あえもの バターソテー 高野豆腐の含め煮		関東煮 開きすのソテー ニラいため あえもの マヨネーズ焼き		鶏肉のバンバンジー トマト煮 あえもの 子持ち煮 スクランブルエッグ	
	エネルギー	511 kcal	エネルギー	494 kcal	エネルギー	515 kcal	エネルギー	514 kcal	エネルギー	565 kcal	エネルギー	504 kcal
	蛋白	22.3 g	蛋白	16.9 g	蛋白	22.2 g	蛋白	21.8 g	蛋白	22 g	蛋白	24.4 g
	脂質	8.3 g	脂質	10.4 g	脂質	15.4 g	脂質	12 g	脂質	18.2 g	脂質	11.1 g
	炭水化物	83.8 g	炭水化物	80.3 g	炭水化物	67 g	炭水化物	76.8 g	炭水化物	75.1 g	炭水化物	72.2 g
ナトリウム	853 mg	ナトリウム	814 mg	ナトリウム	795 mg	ナトリウム	1051 mg	ナトリウム	965 mg	ナトリウム	937 mg	
夕食	鶏肉のバターじょうゆ 煮しめ ケチャップソテー きゅうりもみ ビーフンソテー		焼魚 かぼちやの含め煮 甘酢いため あえもの オムレツ		牛肉のソース焼き カレー煮 煮もの あえもの 精進揚げ		魚の照り焼き なすの煮もの ささ身マスタード焼き あえもの さつま芋のソテー		豚肉の生姜焼き チンゲン菜の煮もの コロッケ あえもの スパゲティ		焼きそば フライ 酢のもの 白菜煮 煮もの	
	エネルギー	514 kcal	エネルギー	550 kcal	エネルギー	609 kcal	エネルギー	575 kcal	エネルギー	540 kcal	エネルギー	566 kcal
	蛋白	22 g	蛋白	19.8 g	蛋白	20.1 g	蛋白	25.6 g	蛋白	19.6 g	蛋白	24.5 g
	脂質	12.1 g	脂質	14.8 g	脂質	15.5 g	脂質	14.6 g	脂質	14.2 g	脂質	15.3 g
	炭水化物	75.5 g	炭水化物	81 g	炭水化物	95.3 g	炭水化物	81.2 g	炭水化物	73.4 g	炭水化物	79.9 g
ナトリウム	861 mg	ナトリウム	859 mg	ナトリウム	1199 mg	ナトリウム	797 mg	ナトリウム	772 mg	ナトリウム	756 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・夕食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
		1,600kcal	¥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