

1600kcal

温めておいしくお召し上がりください。

		5月18日(月)		5月19日(火)		5月20日(水)		5月21日(木)		5月22日(金)		5月23日(土)	
昼 食		焼き豚風 あえもの バターソテー そら豆の含め煮 ポテリョネーズ		魚のみそ漬け焼き とろみ煮 ごまびたし 酢のもの かぼちゃ煮		鶏肉のじぶ煮風 サラダ ナムル ソテー フライドポテト		焼魚 高野煮 サラダ わかめの煮もの		牛肉の酢みそいため 五目大豆 だしばたし ちりめんソテー マヨネーズ焼き		煮魚 信田煮 シューマイ あえもの ビーフソテー	
	エネルギー	535	kcal	534	kcal	537	kcal	573	kcal	583	kcal	553	kcal
	蛋白	23.2	g	20.9	g	19	g	25.8	g	19.9	g	20.4	g
	脂質	11.1	g	12	g	9.8	g	21.6	g	13.9	g	13	g
	炭水化物	83.9	g	82.5	g	90.5	g	66.2	g	92.3	g	83.7	g
ナトリウム	773	mg	1127	mg	832	mg	918	mg	992	mg	943	mg	
夕 食		煮魚 サラダ ぜんまい煮 シューマイ マカロニソテー		牛肉のうま煮 じゃが芋のソテー あえもの 焼きなす だし巻き卵		焼魚 そばろいため あえもの れんこんのいり煮 厚揚げの煮もの		豚肉の韓国焼き チャンプルー 煮っころがし あえもの 磯辺揚げ		フライ 精進煮 オムレツ あえもの ビーフン		焼きとり風 豆腐のあんかけ もみ漬け 昆布巻き グラタン風	
	エネルギー	528	kcal	556	kcal	582	kcal	581	kcal	534	kcal	509	kcal
	蛋白	20.5	g	21.6	g	23.2	g	24	g	17.6	g	19.6	g
	脂質	11	g	12.4	g	19.1	g	14.3	g	11	g	12.7	g
	炭水化物	82.6	g	86.7	g	76.7	g	86	g	87.5	g	77.2	g
ナトリウム	882	mg	877	mg	931	mg	998	mg	848	mg	816	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)に 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定期注文載っている方、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