

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<br>食 | 焼き豚風<br>あえもの<br>バターソテー<br>そら豆の含め煮<br>ポテリョネーズ |      |       | 魚のみそ漬け焼き<br>とろみ煮<br>ごまびたし<br>酢のもの<br>かぼちゃ煮  |      |       | 鶏肉のじぶ煮風<br>サラダ<br>ナムル<br>ソテー<br>フライドポテト     |      |       | 焼魚<br>高野煮<br>サラダ<br>わかめの煮もの                 |      |       | 牛肉の酢みそいため<br>五目大豆<br>だしばたし<br>ちりめんソテー<br>マヨネーズ焼き |      |       | 煮魚<br>信田煮<br>シューマイ<br>あえもの<br>ビーフソテー      |      |      |
|        | エネルギー  | 535  | kcal  | エネルギー                                       | 534  | kcal  | エネルギー                                       | 537  | kcal  | エネルギー                                       | 573  | kcal  | エネルギー  | 583  | kcal  | エネルギー                                     | 553  | kcal |
|        | 蛋白   | 23.2 | g     | 蛋白  | 20.9 | g     | 蛋白  | 19   | g     | 蛋白  | 25.8 | g     | 蛋白   | 19.9 | g     | 蛋白  | 20.4 | g    |
|        | 脂質   | 11.1 | g     | 脂質  | 12   | g     | 脂質  | 9.8  | g     | 脂質  | 21.6 | g     | 脂質   | 13.9 | g     | 脂質  | 13   | g    |
|        | 炭水化物   | 83.9 | g     | 炭水化物  | 82.5 | g     | 炭水化物  | 90.5 | g     | 炭水化物  | 66.2 | g     | 炭水化物   | 92.3 | g     | 炭水化物                                      | 83.7 | g    |
| ナトリウム  | 773  | mg   | ナトリウム | 1127  | mg   | ナトリウム | 832   | mg   | ナトリウム | 918   | mg   | ナトリウム | 992  | mg   | ナトリウム | 943                                       | mg   |      |
| 夕<br>食 | 煮魚<br>サラダ<br>ぜんまい煮<br>シューマイ<br>マカロニソテー       |      |       | 牛肉のうま煮<br>じゃが芋のソテー<br>あえもの<br>焼きなす<br>だし巻き卵 |      |       | 焼魚<br>そばろいため<br>あえもの<br>れんこんのいり煮<br>厚揚げの煮もの |      |       | 豚肉の韓国焼き<br>チャンプルー<br>煮っころがし<br>あえもの<br>磯辺揚げ |      |       | フライ<br>精進煮<br>オムレツ<br>あえもの<br>ビーフン               |      |       | 焼きとり風<br>豆腐のあんかけ<br>もみ漬け<br>昆布巻き<br>グラタン風 |      |      |
|        | エネルギー  | 528  | kcal  | エネルギー                                       | 556  | kcal  | エネルギー                                       | 582  | kcal  | エネルギー                                       | 581  | kcal  | エネルギー  | 534  | kcal  | エネルギー                                     | 509  | kcal |
|        | 蛋白   | 20.5 | g     | 蛋白  | 21.6 | g     | 蛋白  | 23.2 | g     | 蛋白  | 24   | g     | 蛋白   | 17.6 | g     | 蛋白  | 19.6 | g    |
|        | 脂質   | 11   | g     | 脂質  | 12.4 | g     | 脂質  | 19.1 | g     | 脂質  | 14.3 | g     | 脂質   | 11   | g     | 脂質  | 12.7 | g    |
|        | 炭水化物   | 82.6 | g     | 炭水化物  | 86.7 | g     | 炭水化物  | 76.7 | g     | 炭水化物  | 86   | g     | 炭水化物   | 87.5 | g     | 炭水化物                                      | 77.2 | g    |
| ナトリウム  | 882  | mg   | ナトリウム | 877   | mg   | ナトリウム | 931   | mg   | ナトリウム | 998   | mg   | ナトリウム | 848  | mg   | ナトリウム | 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<br>(副食のみ) | ¥865<br>(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