

1400kcal

温めておいしくお召し上がりください。

|       | 5月25日(月)                                    |      |       | 5月26日(火)                                   |      |       | 5月27日(水)                                 |      |       | 5月28日(木)                           |      |       | 5月29日(金)                                     |      |       | 5月30日(土)                                    |      |      |
|-------|---------------------------------------------|------|-------|--------------------------------------------|------|-------|------------------------------------------|------|-------|------------------------------------|------|-------|----------------------------------------------|------|-------|---------------------------------------------|------|------|
| 昼食    | 魚の照り焼き<br>いため煮<br>あえもの<br>ミートボール<br>牛肉のうま煮  |      |       | 豚肉の生姜焼き<br>サラダ<br>白菜のとろみいため<br>当座煮<br>がんも煮 |      |       | 焼魚<br>なすの煮もの<br>ささ身の梅風味<br>あえもの<br>厚揚げ焼き |      |       | 煮魚<br>いり豆腐<br>松前漬け<br>ソテー<br>つくね焼き |      |       | オムレツ<br>大豆のカレー煮<br>ちりめんの佃煮風<br>酢のもの<br>ベーコン煮 |      |       | 鶏肉の照り焼き<br>みそいため<br>オランダ煮<br>サラダ<br>マヨネーズ焼き |      |      |
|       | エネルギー                                       | 501  | kcal  | エネルギー                                      | 491  | kcal  | エネルギー                                    | 489  | kcal  | エネルギー                              | 484  | kcal  | エネルギー                                        | 504  | kcal  | エネルギー                                       | 466  | kcal |
|       | 蛋白                                          | 24.4 | g     | 蛋白                                         | 23.2 | g     | 蛋白                                       | 23.6 | g     | 蛋白                                 | 25.5 | g     | 蛋白                                           | 18.8 | g     | 蛋白                                          | 20.8 | g    |
|       | 脂質                                          | 16.9 | g     | 脂質                                         | 16.5 | g     | 脂質                                       | 16.3 | g     | 脂質                                 | 14.1 | g     | 脂質                                           | 13.5 | g     | 脂質                                          | 14.5 | g    |
|       | 炭水化物                                        | 57.8 | g     | 炭水化物                                       | 59.1 | g     | 炭水化物                                     | 58.4 | g     | 炭水化物                               | 59.3 | g     | 炭水化物                                         | 74.9 | g     | 炭水化物                                        | 60.1 | g    |
| ナトリウム | 803                                         | mg   | ナトリウム | 769                                        | mg   | ナトリウム | 1231                                     | mg   | ナトリウム | 908                                | mg   | ナトリウム | 967                                          | mg   | ナトリウム | 867                                         | mg   |      |
| 夕食    | 鶏肉のから揚げ<br>大根の煮もの<br>たたききゅうり<br>オイスターソースいため |      |       | 煮魚<br>そばろいため<br>おひたし<br>ポテトリヨネーズ           |      |       | 八宝菜<br>サラダ<br>みそ田楽<br>いり煮                |      |       | 牛肉の南蛮煮<br>バター焼き<br>天ぷら<br>あえもの     |      |       | ムニエル<br>高野豆腐の含め煮<br>きのこいため<br>あえもの           |      |       | 山海焼き<br>クリーム煮<br>あえもの<br>焼きなす               |      |      |
|       | エネルギー                                       | 415  | kcal  | エネルギー                                      | 437  | kcal  | エネルギー                                    | 434  | kcal  | エネルギー                              | 455  | kcal  | エネルギー                                        | 379  | kcal  | エネルギー                                       | 448  | kcal |
|       | 蛋白                                          | 18.5 | g     | 蛋白                                         | 22.3 | g     | 蛋白                                       | 19.4 | g     | 蛋白                                 | 16.8 | g     | 蛋白                                           | 18.2 | g     | 蛋白                                          | 18   | g    |
|       | 脂質                                          | 10.9 | g     | 脂質                                         | 8.2  | g     | 脂質                                       | 8.2  | g     | 脂質                                 | 13.1 | g     | 脂質                                           | 7.1  | g     | 脂質                                          | 8.6  | g    |
|       | 炭水化物                                        | 58.6 | g     | 炭水化物                                       | 65.4 | g     | 炭水化物                                     | 69.1 | g     | 炭水化物                               | 64.7 | g     | 炭水化物                                         | 60.6 | g     | 炭水化物                                        | 73.7 | g    |
| ナトリウム | 771                                         | mg   | ナトリウム | 862                                        | mg   | ナトリウム | 926                                      | mg   | ナトリウム | 851                                | mg   | ナトリウム | 868                                          | mg   | ナトリウム | 716                                         | 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) 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           | ¥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