

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 いため煮 あえもの ミートボール 牛肉のうま煮			豚肉の生姜焼き サラダ 白菜のとろみいため 当座煮 がんも煮			焼魚 なすの煮もの ささ身の梅風味 あえもの 厚揚げ焼き			煮魚 いり豆腐 松前漬け ソテー つくね焼き			オムレツ 大豆のカレー煮 ちりめんの佃煮風 酢のもの ベーコン煮			鶏肉の照り焼き みそいため オランダ煮 サラダ マヨネーズ焼き		
	エネルギー	544	kcal	エネルギー	534	kcal	エネルギー	532	kcal	エネルギー	527	kcal	エネルギー	547	kcal	エネルギー	509	kcal
	蛋白	25.1	g	蛋白	23.9	g	蛋白	24.3	g	蛋白	26.2	g	蛋白	19.5	g	蛋白	21.5	g
	脂質	17	g	脂質	16.6	g	脂質	16.4	g	脂質	14.2	g	脂質	13.6	g	脂質	14.6	g
	炭水化物	67	g	炭水化物	68.3	g	炭水化物	67.6	g	炭水化物	68.5	g	炭水化物	84.1	g	炭水化物	69.3	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 大根の煮もの たたききゅうり オイスターソースいため かぼちゃきんぴら			煮魚 そばろいため おひたし ポテトリヨネーズ 揚げだし豆腐			八宝菜 サラダ みそ田楽 いり煮 さけの洋風焼き			牛肉の南蛮煮 バター焼き 天ぷら あえもの 卵のホイル焼き			ムニエル 高野豆腐の含め煮 きのこいため あえもの コロッケ			山海焼き クリーム煮 あえもの 焼きなす 昆布豆		
	エネルギー	516	kcal	エネルギー	593	kcal	エネルギー	591	kcal	エネルギー	601	kcal	エネルギー	521	kcal	エネルギー	590	kcal
	蛋白	21	g	蛋白	27.5	g	蛋白	28.7	g	蛋白	21.1	g	蛋白	20.7	g	蛋白	25.2	g
	脂質	12.5	g	脂質	15.8	g	脂質	16.1	g	脂質	22	g	脂質	13.2	g	脂質	14.4	g
	炭水化物	76.9	g	炭水化物	81	g	炭水化物	80	g	炭水化物	76	g	炭水化物	78.7	g	炭水化物	88.2	g
ナトリウム	905	mg	ナトリウム	1637	mg	ナトリウム	1101	mg	ナトリウム	1028	mg	ナトリウム	1059	mg	ナトリウム	909	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