

糖尿病・成人病予防・ダイエット食献立表

電子レンジOK!

1400kcal

温めておいしくお召し上がりください。

6月1日(月)		6月2日(火)		6月3日(水)		6月4日(木)		6月5日(金)		6月6日(土)	
昼 食		焼きとり風 大豆のカレー風煮物 ニラいため あえもの フランクフルト		魚の中華漬焼き 煮もの 酢のもの ニラいため		オリエンタルソテー 青菜のサッと煮 ごぼうの香りいため 梅風味 フライ		麻婆なす ムニエル ふき煮 あえもの マカロニソテー		煮魚 和風いため煮 ポパイスオテー スライスオニオン 卵焼き	
		エネルギー	527 kcal	エネルギー	496 kcal	エネルギー	472 kcal	エネルギー	489 kcal	エネルギー	494 kcal
		蛋白	22.7 g	蛋白	16.4 g	蛋白	21.3 g	蛋白	19.3 g	蛋白	24.4 g
		脂質	18.5 g	脂質	16.1 g	脂質	11.2 g	脂質	13.2 g	脂質	15.5 g
		炭水化物	66.4 g	炭水化物	67.9 g	炭水化物	67.3 g	炭水化物	70.4 g	炭水化物	60.2 g
		ナトリウム	995 mg	ナトリウム	786 mg	ナトリウム	918 mg	ナトリウム	1054 mg	ナトリウム	854 mg
		焼魚 バーベキュー風ソテー だしびたし あえもの		とんすき風 中華風いため なすのトマト煮 あえもの		魚のみぞ焼き 豚肉の煮もの あえもの ごまいため		鶏肉のホイル焼き 切り干し大根煮 あえもの たらマヨ焼き		牛肉の薬味焼き 洋風煮 あえもの 佃煮風	
		エネルギー	405 kcal	エネルギー	401 kcal	エネルギー	403 kcal	エネルギー	439 kcal	エネルギー	376 kcal
		蛋白	23.4 g	蛋白	19.4 g	蛋白	18.6 g	蛋白	19.5 g	蛋白	15.8 g
		脂質	6.6 g	脂質	5.8 g	脂質	5.7 g	脂質	9.1 g	脂質	6.4 g
		炭水化物	61.2 g	炭水化物	66.2 g	炭水化物	66.6 g	炭水化物	66.7 g	炭水化物	61 g
		ナトリウム	813 mg	ナトリウム	1078 mg	ナトリウム	898 mg	ナトリウム	821 mg	ナトリウム	790 mg
夕 食											

(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

- ご注文は、毎日ご利用いただくことが原則です。
- 月～土曜日(祭日含む)まで毎日お届けします。
- 前金でお願い致します。
- 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
- 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。)
- 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。
- 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頂きます。

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	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。

厚生労働省
食事療法用宅配食品栄養指針に基づく

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