

温めておいしくお召し上がりください。

	6月29日(月)			6月30日(火)			7月1日(水)			7月2日(木)			7月3日(金)			7月4日(土)		
昼食	いりどり オムレツ グラタン風 あえもの			焼魚 煮もの 精進揚げ あえもの			牛肉の南蛮煮 ツナグラタン 桜えびのいためもの あえもの			豆腐のそぼろあん ミニオムレツ 酢みそあえ 煮っころがし			ゆで豚 かぼちゃの煮もの なすのピリ辛いため コロッケ			煮魚 カレーいため あえもの さつま芋のソテー		
	エネルギー	651	kcal	エネルギー	617	kcal	エネルギー	619	kcal	エネルギー	634	kcal	エネルギー	596	kcal	エネルギー	621	kcal
	蛋白	14.3	g	蛋白	16	g	蛋白	15.2	g	蛋白	15.6	g	蛋白	15	g	蛋白	14.3	g
	脂質	19.4	g	脂質	14.3	g	脂質	15.7	g	脂質	15.4	g	脂質	13.6	g	脂質	16.8	g
	炭水化物	103.2	g	炭水化物	103.8	g	炭水化物	104	g	炭水化物	106.9	g	炭水化物	95.2	g	炭水化物	102.2	g
	ナトリウム	1019	mg	ナトリウム	591	mg	ナトリウム	885	mg	ナトリウム	862	mg	ナトリウム	787	mg	ナトリウム	655	mg
	カリウム	684	mg	カリウム	722	mg	カリウム	776	mg	カリウム	699	mg	カリウム	839	mg	カリウム	626	mg
リン	243	mg	リン	242	mg	リン	229	mg	リン	251	mg	リン	210	mg	リン	234	mg	
夕食	魚の照り焼き ぜんまい煮 かぼちゃ煮 拌三絲 あえもの			シャリアビンポーク いため煮 ギョーザ サラダ			魚のフライ 野菜いため 酢のもの ホイル焼き			チキンレモンソテー いためもの 芋煮 えびのあえもの			焼魚 ソテー ポテトグラタン 刻み漬け			牛肉のみそだれ焼き トマト煮 なすのさつと煮 サラダ		
	エネルギー	610	kcal	エネルギー	658	kcal	エネルギー	624	kcal	エネルギー	618	kcal	エネルギー	625	kcal	エネルギー	621	kcal
	蛋白	11.9	g	蛋白	15.5	g	蛋白	13.6	g	蛋白	15.8	g	蛋白	14.3	g	蛋白	15.3	g
	脂質	13	g	脂質	19.3	g	脂質	15.4	g	脂質	15.2	g	脂質	18.6	g	脂質	15.6	g
	炭水化物	109	g	炭水化物	103.1	g	炭水化物	107.9	g	炭水化物	103.1	g	炭水化物	99.4	g	炭水化物	102	g
	ナトリウム	704	mg	ナトリウム	865	mg	ナトリウム	703	mg	ナトリウム	735	mg	ナトリウム	904	mg	ナトリウム	820	mg
	カリウム	689	mg	カリウム	713	mg	カリウム	743	mg	カリウム	709	mg	カリウム	794	mg	カリウム	772	mg
リン	192	mg	リン	213	mg	リン	243	mg	リン	226	mg	リン	365	mg	リン	212	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)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 エツ 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  
食事療法定配食品栄養指針に基づく