

1200kcal

温めておいしくお召上がりください。

	7月6日(月)		7月7日(火)		7月8日(水)		7月9日(木)		7月10日(金)		7月11日(土)	
昼食	魚の照り焼き 甘酢団子 鉄火煮 あえもの		牛肉しゃぶしゃぶ風 サラダ スープ煮 おひたし		鶏肉の煮もの あえもの 豚肉のチーズ焼き あえもの		魚のしそ焼き 味付け揚げ ごま風味 だしびたし		焼きうどん ささみの照り焼き あえもの れんこん煮		魚の梅煮 がんもどきの煮もの 酢みそあえ いためもの	
	エネルギー	417 kcal	エネルギー	414 kcal	エネルギー	388 kcal	エネルギー	374 kcal	エネルギー	410 kcal	エネルギー	401 kcal
	蛋白	17.3 g	蛋白	16.6 g	蛋白	22.1 g	蛋白	15.7 g	蛋白	17.4 g	蛋白	18.5 g
	脂質	10.8 g	脂質	9.3 g	脂質	8.1 g	脂質	9.8 g	脂質	7.3 g	脂質	12.4 g
	炭水化物	59.7 g	炭水化物	64.5 g	炭水化物	55.1 g	炭水化物	52.7 g	炭水化物	66.8 g	炭水化物	51.8 g
ナトリウム	727 mg	ナトリウム	659 mg	ナトリウム	995 mg	ナトリウム	608 mg	ナトリウム	730 mg	ナトリウム	827 mg	
夕食	鶏肉のレモンソテー かぼちゃ煮 青菜の煮もの 枝豆		焼魚 えびのソテー 煮もの 三杯酢		魚のバーベキュー焼き サラダ ひじき煮 焼きしめじ		豚肉のつけ焼き 高野の炊き合わせ 酢のもの 即席漬け		魚の照り焼き かぼちゃのうま煮 あえもの トマト煮		親子煮 煮豆 あえもの グラタン風	
	エネルギー	377 kcal	エネルギー	403 kcal	エネルギー	371 kcal	エネルギー	378 kcal	エネルギー	394 kcal	エネルギー	416 kcal
	蛋白	19.9 g	蛋白	18.1 g	蛋白	14.9 g	蛋白	18.3 g	蛋白	17.6 g	蛋白	20.8 g
	脂質	5.9 g	脂質	13.2 g	脂質	7.9 g	脂質	7.3 g	脂質	6.5 g	脂質	9.8 g
	炭水化物	58.1 g	炭水化物	49.2 g	炭水化物	58.8 g	炭水化物	58 g	炭水化物	63.8 g	炭水化物	58.5 g
ナトリウム	634 mg	ナトリウム	923 mg	ナトリウム	783 mg	ナトリウム	740 mg	ナトリウム	836 mg	ナトリウム	847 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