

1400kcal

温めておいしくお召し上がりください。

		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 ビーフン		牛肉しゃぶしゃぶ風 サラダ スープ煮 おひたし 厚揚げのあえもの		鶏肉の煮もの あえもの 豚肉のチーズ焼き あえもの 煮っころがし		魚のしそ焼き 味付け揚げ ごま風味 だしびたし 牛肉のソース焼き		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 がんとどきの煮もの 酢みそあえ いためもの バター焼き						
	エネルギー	513	kcal	エネルギー	533	kcal	エネルギー	482	kcal	エネルギー	466	kcal	エネルギー	491	kcal	エネルギー	493	kcal
	蛋白	18.8	g	蛋白	23	g	蛋白	23.7	g	蛋白	23.2	g	蛋白	18.3	g	蛋白	20.4	g
	脂質	12.2	g	脂質	15.1	g	脂質	10.2	g	脂質	12.4	g	脂質	9	g	脂質	14.2	g
	炭水化物	77.7	g	炭水化物	74.2	g	炭水化物	71.9	g	炭水化物	61.7	g	炭水化物	81.2	g	炭水化物	68.9	g
ナトリウム	846	mg	ナトリウム	776	mg	ナトリウム	1110	mg	ナトリウム	715	mg	ナトリウム	782	mg	ナトリウム	986	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	416	kcal	エネルギー	442	kcal	エネルギー	410	kcal	エネルギー	417	kcal	エネルギー	433	kcal	エネルギー	455	kcal
	蛋白	20.6	g	蛋白	18.8	g	蛋白	15.6	g	蛋白	19	g	蛋白	18.3	g	蛋白	21.5	g
	脂質	6	g	脂質	13.3	g	脂質	8	g	脂質	7.4	g	脂質	6.6	g	脂質	9.9	g
	炭水化物	66.6	g	炭水化物	57.7	g	炭水化物	67.3	g	炭水化物	66.5	g	炭水化物	72.3	g	炭水化物	67.2	g
ナトリウム	635	mg	ナトリウム	924	mg	ナトリウム	784	mg	ナトリウム	741	mg	ナトリウム	837	mg	ナトリウム	848	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。

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