

1600kcal

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 がんもどきの煮もの 酢みそあえ いためもの バター焼き	
	エネルギー	556 kcal	エネルギー	576 kcal	エネルギー	525 kcal	エネルギー	509 kcal	エネルギー	534 kcal	エネルギー	536 kcal
	蛋白	19.5 g	蛋白	23.7 g	蛋白	24.4 g	蛋白	23.9 g	蛋白	19 g	蛋白	21.1 g
	脂質	12.3 g	脂質	15.2 g	脂質	10.3 g	脂質	12.5 g	脂質	9.1 g	脂質	14.3 g
	炭水化物	86.9 g	炭水化物	83.4 g	炭水化物	81.1 g	炭水化物	70.9 g	炭水化物	90.4 g	炭水化物	78.1 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 サラダ		焼魚 えびのソテー 煮もの 三杯酢 シャリアピンポーク		魚のバーベキュー焼き サラダ 煮もの ひじき煮 焼きしめじ いり卵		豚肉のつけ焼き 高野の炊き合わせ 酢のもの 即席漬け グラタン		魚の照り焼き かぼちゃのうま煮 あえもの トマト煮 コロッケ		親子煮 煮豆 あえもの グラタン風 ビーフン	
	エネルギー	546 kcal	エネルギー	556 kcal	エネルギー	540 kcal	エネルギー	598 kcal	エネルギー	578 kcal	エネルギー	569 kcal
	蛋白	23.1 g	蛋白	26.3 g	蛋白	22.5 g	蛋白	21.5 g	蛋白	20.5 g	蛋白	24.6 g
	脂質	10.9 g	脂質	17.1 g	脂質	14.3 g	脂質	14.9 g	脂質	13.2 g	脂質	11.5 g
	炭水化物	84 g	炭水化物	68.9 g	炭水化物	77.1 g	炭水化物	91.6 g	炭水化物	90.3 g	炭水化物	87.1 g
ナトリウム	758 mg	ナトリウム	1066 mg	ナトリウム	1002 mg	ナトリウム	927 mg	ナトリウム	1001 mg	ナトリウム	1011 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
		1,600kcal	¥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