

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 鉄火煮 あえもの シューマイ 磯辺揚げ			牛肉しゃぶしゃぶ風 スープ煮 厚揚げのあえもの きんぴらごぼう			鶏肉の煮もの あえもの 煮っころがし ホイル焼き			魚のしそ巻き 味付け揚げ ごま風味 含め煮			焼きうどん あえもの れんこん煮 じゃが芋のソテー			魚の梅煮 わらびの煮もの 酢みそあえ 天ぷら		
	エネルギー	604	kcal	エネルギー	593	kcal	エネルギー	611	kcal	エネルギー	576	kcal	エネルギー	598	kcal	エネルギー	618	kcal
	蛋白	16.9	g	蛋白	17.5	g	蛋白	15.2	g	蛋白	16.6	g	蛋白	13.2	g	蛋白	14	g
	脂質	14.8	g	脂質	14.2	g	脂質	18.4	g	脂質	13	g	脂質	10.8	g	脂質	15.8	g
	炭水化物	99.4	g	炭水化物	97.7	g	炭水化物	96.1	g	炭水化物	96.5	g	炭水化物	111.2	g	炭水化物	102.8	g
	ナトリウム	658	mg	ナトリウム	691	mg	ナトリウム	988	mg	ナトリウム	591	mg	ナトリウム	845	mg	ナトリウム	724	mg
	カリウム	781	mg	カリウム	649	mg	カリウム	843	mg	カリウム	707	mg	カリウム	605	mg	カリウム	638	mg
リン	226	mg	リン	247	mg	リン	237	mg	リン	228	mg	リン	195	mg	リン	228	mg	
夕 食	鶏肉のレモン風味 かぼちゃ煮 ビーフン サラダ			焼魚 えびマヨネーズソテー 煮もの 三杯酢			魚のバーベキュー焼き サラダ ぜんまいの煮もの ジャーマンポテト			豚肉のつけ焼き 高野の炊き合わせ 酢のもの グラタン			魚の照り焼き かぼちゃのうま煮 あえもの コロッケ			親子煮 グラタン風 あえもの ビーフン		
	エネルギー	643	kcal	エネルギー	610	kcal	エネルギー	604	kcal	エネルギー	627	kcal	エネルギー	621	kcal	エネルギー	603	kcal
	蛋白	15.2	g	蛋白	14.8	g	蛋白	16.4	g	蛋白	16.4	g	蛋白	16.5	g	蛋白	16.5	g
	脂質	15.5	g	脂質	20.9	g	脂質	14.1	g	脂質	18.1	g	脂質	16.2	g	脂質	13.8	g
	炭水化物	107.5	g	炭水化物	88.6	g	炭水化物	100.7	g	炭水化物	98.1	g	炭水化物	100.2	g	炭水化物	100.9	g
	ナトリウム	695	mg	ナトリウム	927	mg	ナトリウム	695	mg	ナトリウム	625	mg	ナトリウム	747	mg	ナトリウム	830	mg
	カリウム	560	mg	カリウム	523	mg	カリウム	633	mg	カリウム	624	mg	カリウム	850	mg	カリウム	595	mg
リン	190	mg	リン	203	mg	リン	212	mg	リン	218	mg	リン	233	mg	リン	246	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・タ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
○やわか 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)

※腎臓食以外はお飯付価格です。

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