

1200kcal

温めておいしくお召し上がりください。

| | | 7月13日(月) | | | 7月14日(火) | | | 7月15日(水) | | | 7月16日(木) | | | 7月17日(金) | | | 7月18日(土) | | | | | | |
|--------|-------|---|------|-------|---------------------------------|------|------|---------------------------------------|-------|------|-----------------------------------|-------|-------|-------------------------------|------|-------|--------------------------------------|------|------|-------|-------|------|------|
| 昼 食 | | 豚肉の煮もの 開きすかー焼き きのこのサツと煮 ケチャップソテー | | | ハンバーグ サラダ 煮もの 佃煮風 | | | 焼魚 五目大豆 ポトフ 松前漬け | | | 牛肉の和風煮 焼きししゃも 梅風味 もやしいため | | | 鶏南蛮 野菜いため トマト煮 焼きびたし | | | 魚の鍋照り焼き そばろいため 紅白なます 白菜の煮もの | | | | | | |
| | エネルギー | 385 | kcal | | エネルギー | 428 | kcal | | エネルギー | 362 | kcal | | エネルギー | 381 | kcal | | エネルギー | 369 | kcal | | エネルギー | 369 | kcal |
| | 蛋白 | 19 | g | | 蛋白 | 15.8 | g | | 蛋白 | 17.2 | g | | 蛋白 | 19.8 | g | | 蛋白 | 17.6 | g | | 蛋白 | 16.7 | g |
| | 脂質 | 5.6 | g | | 脂質 | 15.5 | g | | 脂質 | 8.2 | g | | 脂質 | 7.5 | g | | 脂質 | 8.8 | g | | 脂質 | 8.9 | g |
| | 炭水化物 | 63.4 | g | | 炭水化物 | 53.4 | g | | 炭水化物 | 53.6 | g | | 炭水化物 | 57.3 | g | | 炭水化物 | 53.9 | g | | 炭水化物 | 53.7 | g |
| ナトリウム | 762 | mg | | ナトリウム | 635 | mg | | ナトリウム | 800 | mg | | ナトリウム | 893 | mg | | ナトリウム | 848 | mg | | ナトリウム | 831 | mg | |
| 夕 食 | | 牛肉のちくぜん煮 ホイル焼き ピリ辛炒め 酢のもの | | | 魚の蒲焼 いためもの ふきの信田煮 おひたし | | | 鶏肉のレモン焼き ポパイソテー 手綱こんにやく あえもの | | | 焼きそば ミニオムレツ サラダ とろみ煮 | | | 煮魚 磯煮 甘酢いため あえもの | | | 豚肉のくわ焼き みそ田楽 和風いため 酢のもの | | | | | | |
| | エネルギー | 393 | kcal | | エネルギー | 373 | kcal | | エネルギー | 399 | kcal | | エネルギー | 406 | kcal | | エネルギー | 412 | kcal | | エネルギー | 374 | kcal |
| | 蛋白 | 16.7 | g | | 蛋白 | 16.5 | g | | 蛋白 | 21.3 | g | | 蛋白 | 17.2 | g | | 蛋白 | 19.3 | g | | 蛋白 | 18.8 | g |
| | 脂質 | 6.7 | g | | 脂質 | 9.8 | g | | 脂質 | 11.9 | g | | 脂質 | 9.6 | g | | 脂質 | 7.1 | g | | 脂質 | 5.4 | g |
| | 炭水化物 | 66.2 | g | | 炭水化物 | 52.7 | g | | 炭水化物 | 50.4 | g | | 炭水化物 | 61.4 | g | | 炭水化物 | 65.6 | g | | 炭水化物 | 60 | g |
| ナトリウム | 814 | mg | | ナトリウム | 827 | mg | | ナトリウム | 774 | mg | | ナトリウム | 725 | mg | | ナトリウム | 822 | mg | | ナトリウム | 590 | 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。

| | | 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