

温めておいしくお召上がりください。

		8月3日(月)		8月4日(火)		8月5日(水)		8月6日(木)		8月7日(金)		8月8日(土)	
昼 食		牛肉のごまソース 含め煮 ゆかりあえ 精進揚げ		あじのみぞれ煮 南蛮豆腐 洋風煮 なすの和風マリネ マセドアンサラダ		豚肉のくわ焼き かぼちゃ煮 みょうがの酢のもの 厚焼き卵		鶏肉の竜田揚げ 信田煮 ツナじゃが焼き ごぼうのサラダ		魚のフライ なすいため マーガリン焼き 即席漬け		さんまの塩焼き ソテー 拌三絲 ミルク煮マッシュ	
	エネルギー	616	kcal	593	kcal	600	kcal	648	kcal	656	kcal	639	kcal
	蛋白	13.5	g	14	g	15.4	g	15.2	g	13.5	g	13.9	g
	脂質	14.7	g	13.6	g	14.3	g	19.4	g	18.1	g	18.6	g
	炭水化物	106.5	g	102.7	g	101	g	101.8	g	109	g	103.4	g
	ナトリウム	687	mg	1000	mg	598	mg	590	mg	664	mg	732	mg
	カリウム	735	mg	921	mg	667	mg	731	mg	824	mg	583	mg
リン	223	mg	248	mg	213	mg	221	mg	218	mg	212	mg	
夕 食		さげのムニエル なすのうま煮 煮っころがし あえもの		鶏肉アーモンド'焼き ケチャップソテー いため煮 酢のもの		白身魚の和風焼き コロッケ ごまマヨネーズ 煮しめ		牛肉の中華煮 マヨネーズ焼き 甘辛煮 ごま風味あえ 牛乳かん		ハンバーグ れんこん煮 おひたし クリーム煮		プレーンオムレツ 山菜煮 グラタン風 おかかあえ	
	エネルギー	625	kcal	647	kcal	620	kcal	570	kcal	618	kcal	605	kcal
	蛋白	17.5	g	15.1	g	14.3	g	13.2	g	15	g	16.7	g
	脂質	18.7	g	15.8	g	15.7	g	12.7	g	17.7	g	14.8	g
	炭水化物	95.8	g	109.2	g	97.7	g	99.2	g	100.1	g	100.8	g
	ナトリウム	845	mg	693	mg	792	mg	858	mg	892	mg	828	mg
	カリウム	1021	mg	546	mg	628	mg	863	mg	726	mg	697	mg
リン	254	mg	217	mg	211	mg	230	mg	241	mg	258	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	¥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