

1200kcal

温めておいしくお召し上がりください。

	8月10日(月)			8月11日(火)			8月12日(水)			8月13日(木)			8月14日(金)			8月15日(土)		
昼 食	鶏肉の南部焼き なすの煮もの 三杯酢 焼きピーマン			牛肉の中華いため 切り干し大根煮 マヨネーズあえ とろみ煮			魚の塩焼き チンゲン菜のソテー 鶏肉の煮もの 酢れんこん			シャリアピンポーク トマト煮 枝豆のサッと煮 しそ風味			魚の照り焼き みそいため とうがんの煮もの ピーナッツあえ			冷麺 なすのあつさり煮 土佐煮 サラダ		
	エネルギー	417	kcal	エネルギー	428	kcal	エネルギー	394	kcal	エネルギー	398	kcal	エネルギー	370	kcal	エネルギー	421	kcal
	蛋白	19.9	g	蛋白	16.9	g	蛋白	19.4	g	蛋白	18.7	g	蛋白	16.2	g	蛋白	15	g
	脂質	10.5	g	脂質	11	g	脂質	11.2	g	脂質	7.1	g	脂質	10.4	g	脂質	11.3	g
	炭水化物	58.1	g	炭水化物	62.4	g	炭水化物	51.2	g	炭水化物	63.7	g	炭水化物	51.7	g	炭水化物	62.6	g
ナトリウム	798	mg	ナトリウム	853	mg	ナトリウム	738	mg	ナトリウム	1063	mg	ナトリウム	762	mg	ナトリウム	586	mg	
夕 食	魚の煮つけ えび玉 生姜じょうゆ 野菜いため			天ぷら 鶏肉さんしょう焼き だしびたし 大根おろし			牛肉の卵とじ まさごあえ なると煮 しらすあえ			魚の生姜あん 卵いため 甘辛いため レモンあえ			バーベキューチキン えびのチーズ焼き 二色いため ポテトサラダ			牛肉のニラいため 炊き合わせ バター焼き なるとあえ		
	エネルギー	345	kcal	エネルギー	398	kcal	エネルギー	354	kcal	エネルギー	413	kcal	エネルギー	426	kcal	エネルギー	383	kcal
	蛋白	17	g	蛋白	19.8	g	蛋白	19.1	g	蛋白	18.6	g	蛋白	20.5	g	蛋白	16.6	g
	脂質	6.6	g	脂質	10.4	g	脂質	6.5	g	脂質	12.3	g	脂質	9.5	g	脂質	7.4	g
	炭水化物	51.1	g	炭水化物	53.7	g	炭水化物	54	g	炭水化物	54	g	炭水化物	64	g	炭水化物	61.1	g
ナトリウム	757	mg	ナトリウム	632	mg	ナトリウム	908	mg	ナトリウム	781	mg	ナトリウム	804	mg	ナトリウム	853	mg	

## 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

(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・夕セットでお届けします。(PM1時まで)に 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。

厚生労働省  
食事療法用宅配食品栄養指針に基づく