

1400kcal

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 そばろいため		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 だし巻き卵		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 がんとどきの煮もの		シャリアピンポーク トマト煮 枝豆のサツと煮 しそ風味 焼きとり風		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 笹かまぼこ		冷麺 なすのあつさり煮 土佐煮 サラダ 豆腐のステーキ	
	エネルギー	515 kcal	エネルギー	549 kcal	エネルギー	523 kcal	エネルギー	502 kcal	エネルギー	440 kcal	エネルギー	531 kcal
	蛋白	22.3 g	蛋白	20.8 g	蛋白	24.7 g	蛋白	27.3 g	蛋白	21.8 g	蛋白	19.5 g
	脂質	12.8 g	脂質	13 g	脂質	15.9 g	脂質	9.8 g	脂質	10.8 g	脂質	15.5 g
	炭水化物	74.8 g	炭水化物	83.2 g	炭水化物	67.4 g	炭水化物	74.1 g	炭水化物	62.4 g	炭水化物	75.6 g
ナトリウム	919 mg	ナトリウム	854 mg	ナトリウム	901 mg	ナトリウム	1234 mg	ナトリウム	1042 mg	ナトリウム	786 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	384 kcal	エネルギー	437 kcal	エネルギー	393 kcal	エネルギー	452 kcal	エネルギー	465 kcal	エネルギー	422 kcal
	蛋白	17.7 g	蛋白	20.5 g	蛋白	19.8 g	蛋白	19.3 g	蛋白	21.2 g	蛋白	17.3 g
	脂質	6.7 g	脂質	10.5 g	脂質	6.6 g	脂質	12.4 g	脂質	9.6 g	脂質	7.5 g
	炭水化物	59.6 g	炭水化物	62.2 g	炭水化物	62.5 g	炭水化物	62.5 g	炭水化物	72.5 g	炭水化物	69.6 g
ナトリウム	758 mg	ナトリウム	633 mg	ナトリウム	909 mg	ナトリウム	782 mg	ナトリウム	805 mg	ナトリウム	854 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
食事療法定用宅配食品栄養指針に基づく