

1600kcal

温めておいしくお召上がりください。

	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 がんもどきの煮もの		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	558 kcal	エネルギー	592 kcal	エネルギー	566 kcal	エネルギー	545 kcal	エネルギー	483 kcal	エネルギー	574 kcal
	蛋白	23 g	蛋白	21.5 g	蛋白	25.4 g	蛋白	28 g	蛋白	22.5 g	蛋白	20.2 g
	脂質	12.9 g	脂質	13.1 g	脂質	16 g	脂質	9.9 g	脂質	10.9 g	脂質	15.6 g
	炭水化物	84 g	炭水化物	92.4 g	炭水化物	76.6 g	炭水化物	83.3 g	炭水化物	71.6 g	炭水化物	84.8 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 豚肉のカレー焼き		天ぷら 鶏肉さんしょう焼き だしびたし 大根おろし ギョーザ		牛肉の卵とじ まさごあえ なると煮 しらすあえ マセドアンサラダ		魚の生姜あん 卵いため 甘辛いため レモンあえ 煮もの		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 カレービーフン		牛肉のニラいため 炊き合わせ バター焼き なるとあえ ミートボール	
	エネルギー	529 kcal	エネルギー	561 kcal	エネルギー	519 kcal	エネルギー	566 kcal	エネルギー	570 kcal	エネルギー	546 kcal
	蛋白	28.6 g	蛋白	23.5 g	蛋白	22.3 g	蛋白	22.8 g	蛋白	23.1 g	蛋白	22.7 g
	脂質	9.5 g	脂質	14.2 g	脂質	11.5 g	脂質	13.2 g	脂質	11 g	脂質	12.9 g
	炭水化物	76.7 g	炭水化物	81.5 g	炭水化物	80 g	炭水化物	85.5 g	炭水化物	91.8 g	炭水化物	81.7 g
ナトリウム	973 mg	ナトリウム	812 mg	ナトリウム	1092 mg	ナトリウム	982 mg	ナトリウム	923 mg	ナトリウム	952 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頂きます。

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

食事療法用宅配食品栄養指針に基づく  
厚生労働省