

糖尿病・成人病予防・ダイエット食献立表

1600kcal

温めておいしくお召上がりください。

		8月17日(月)		8月18日(火)		8月19日(水)		8月20日(木)		8月21日(金)		8月22日(土)	
昼 食		牛肉の野菜いため がんもどきの煮もの サラダ あえもの ミートボール		ムニエル ふきの煮もの ベーコンソテー 酢のもの えびのから揚げ		鶏肉のみそいため じゃが焼き とろみ煮 あえもの かき揚げ		魚の七味焼き 切り干し大根煮 コーンソテー あえもの いり卵		とんすき風 豆腐の野菜あんかけ 山菜いため 松前漬け カレー煮		牛肉の野菜いため 厚揚げのチーズ焼き わらびの煮もの あえもの ミニオムレツ	
	エネルギー	565	kcal	519	kcal	561	kcal	543	kcal	533	kcal	549	kcal
	蛋白	23.4	g	29.1	g	25.9	g	26.4	g	23.6	g	23.7	g
	脂質	16	g	9.3	g	14	g	13.7	g	9.4	g	15.8	g
	炭水化物	80.1	g	75.8	g	80.9	g	74.3	g	85.4	g	74.7	g
ナトリウム	806	mg	1305	mg	887	mg	972	mg	1265	mg	982	mg	
夕 食		有馬煮 えび玉 酢のもの きんぴらごぼう チキンカツ		豚肉のつけ焼き 卵グラタン あえもの 煮もの 厚揚げの風味焼き		魚の梅煮 含め煮 ごまいため 即席漬け シューマイ		牛肉のソース焼き みそ田楽 煮びたし あえもの ハンバーグ		焼魚 煮しめ コンソメ煮 サラダ うの花いり煮		魚の照り焼き 大根の煮込み 酢みそかけ 焼きそば ツナかぼちゃ	
	エネルギー	562	kcal	606	kcal	544	kcal	571	kcal	546	kcal	573	kcal
	蛋白	30.2	g	29	g	276	g	26.4	g	21.5	g	25.7	g
	脂質	11.8	g	21.5	g	11.5	g	14.2	g	16.6	g	9	g
	炭水化物	77.3	g	70.9	g	78.9	g	80	g	75.2	g	94.5	g
ナトリウム	822	mg	1037	mg	1335	mg	1038	mg	996	mg	1188	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、次週の変更があ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 エツ 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