

1600kcal

温めておいしくお召し上がりください。

	10月5日(月)		10月6日(火)		10月7日(水)		10月8日(木)		10月9日(金)		10月10日(土)	
昼食	さばのカレームニエル 牛じゃが きんぴらごぼう もろきゅう ひょう亭卵		鶏肉の薬味じょうゆ わらびの煮もの 二色あえ オイスターいため マヨネーズあえ 菜飯		さわらのムニエル 豆腐のみぞれ煮 こんにゃくのいり煮 練りごまあえ ギョーザ		オムレツかにあん 豚肉の生姜煮 サラダ 焼きなす 含め煮		牛肉のちくぜん煮 カスカレイのバター醤油 みそいため 酢のもの なすの揚げ煮		肉野菜いため 高野豆腐の含め煮 えびケチャップいため おひたし じゃが芋チーズ焼き	
	エネルギー	543 kcal	エネルギー	560 kcal	エネルギー	535 kcal	エネルギー	498 kcal	エネルギー	564 kcal	エネルギー	555 kcal
	蛋白	23 g	蛋白	23.4 g	蛋白	21.5 g	蛋白	19.8 g	蛋白	23.5 g	蛋白	26.3 g
	脂質	12.3 g	脂質	13.6 g	脂質	13.1 g	脂質	10.1 g	脂質	14.3 g	脂質	15 g
	炭水化物	80.6 g	炭水化物	81.7 g	炭水化物	79.5 g	炭水化物	78.5 g	炭水化物	82.1 g	炭水化物	77.4 g
ナトリウム	733 mg	ナトリウム	938 mg	ナトリウム	855 mg	ナトリウム	827 mg	ナトリウム	987 mg	ナトリウム	1110 mg	
夕食	豚肉の利休焼き 卵サラダ 白菜煮 せん切りいため バタークリーム煮		赤魚の煮つけ 大豆の煮もの コーンソテー ポン酢じょうゆあえ ミニハンバーグ		牛肉バーベキュー焼き ホイル焼き ナムル れんこんのきんぴら スパゲティースラダ		鶏肉のカレーあん 里芋の煮もの スープ煮 土佐あえ 焼きそば さけわかごはん		白身魚タルタルソース焼き すき煮風 ごまいため ゆかりあえ クリーミーコロッケ		ぶりの照り焼き みそ煮 まさごあえ なます チキンソテー	
	エネルギー	566 kcal	エネルギー	550 kcal	エネルギー	542 kcal	エネルギー	543 kcal	エネルギー	556 kcal	エネルギー	533 kcal
	蛋白	24.6 g	蛋白	23.7 g	蛋白	20.8 g	蛋白	25.5 g	蛋白	24 g	蛋白	26 g
	脂質	13.7 g	脂質	13 g	脂質	11.6 g	脂質	9.4 g	脂質	15.6 g	脂質	12.7 g
	炭水化物	83.2 g	炭水化物	79.4 g	炭水化物	87.3 g	炭水化物	85.3 g	炭水化物	77.4 g	炭水化物	74.3 g
ナトリウム	779 mg	ナトリウム	895 mg	ナトリウム	1016 mg	ナトリウム	1115 mg	ナトリウム	1117 mg	ナトリウム	837 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