

温めておいしくお召上がりください。

	10月12日(月)			10月13日(火)			10月14日(水)			10月15日(木)			10月16日(金)			10月17日(土)		
昼食	牛肉のごまソース 含め煮 あえもの 精進揚げ			あじのみぞれ煮 南蛮豆腐 洋風煮 なすの和風マリネ マセドアンサラダ			豚肉のくわ焼き かぼちゃ煮 みよがの酢のもの 厚焼き卵			鶏肉の竜田揚げ 信田煮 ツナじゃが焼き ごぼうのサラダ			魚のフライ なすいため マーガリン焼き 即席漬け			焼き魚 ソテー 拌三絲 ミルク煮マッシュ		
	エネルギー	616	kcal	エネルギー	593	kcal	エネルギー	600	kcal	エネルギー	648	kcal	エネルギー	656	kcal	エネルギー	639	kcal
	蛋白	13.5	g	蛋白	14	g	蛋白	15.4	g	蛋白	15.2	g	蛋白	13.5	g	蛋白	13.9	g
	脂質	14.7	g	脂質	13.6	g	脂質	14.3	g	脂質	19.4	g	脂質	18.1	g	脂質	18.6	g
	炭水化物	106.5	g	炭水化物	102.7	g	炭水化物	101	g	炭水化物	101.8	g	炭水化物	109	g	炭水化物	103.4	g
	ナトリウム	687	mg	ナトリウム	1000	mg	ナトリウム	598	mg	ナトリウム	590	mg	ナトリウム	664	mg	ナトリウム	732	mg
	カリウム	735	mg	カリウム	921	mg	カリウム	667	mg	カリウム	731	mg	カリウム	824	mg	カリウム	583	mg
リン	223	mg	リン	248	mg	リン	213	mg	リン	221	mg	リン	218	mg	リン	212	mg	
夕食	ムニエル なすのうま煮 煮っころがし あえもの			鶏肉アーモンド'焼き ケチャップソテー いため煮 酢のもの			白身魚の和風焼き コロッケ ごまマヨネーズ 煮しめ			牛肉の中華煮 マヨネーズ焼き 甘辛煮 あえもの			ハンバーグ れんこん煮 おひたし クリーム煮			オムレツ 山菜煮 グラタン風 あえもの		
	エネルギー	625	kcal	エネルギー	647	kcal	エネルギー	620	kcal	エネルギー	570	kcal	エネルギー	618	kcal	エネルギー	605	kcal
	蛋白	17.5	g	蛋白	15.1	g	蛋白	14.3	g	蛋白	13.2	g	蛋白	15	g	蛋白	16.7	g
	脂質	18.7	g	脂質	15.8	g	脂質	15.7	g	脂質	12.7	g	脂質	17.7	g	脂質	14.8	g
	炭水化物	95.8	g	炭水化物	109.2	g	炭水化物	97.7	g	炭水化物	99.2	g	炭水化物	100.1	g	炭水化物	100.8	g
	ナトリウム	845	mg	ナトリウム	693	mg	ナトリウム	792	mg	ナトリウム	858	mg	ナトリウム	892	mg	ナトリウム	828	mg
	カリウム	1021	mg	カリウム	546	mg	カリウム	628	mg	カリウム	863	mg	カリウム	726	mg	カリウム	697	mg
リン	254	mg	リン	217	mg	リン	211	mg	リン	230	mg	リン	241	mg	リン	258	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)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	¥810
			1,400kcal	¥885	¥860
			1,600kcal	¥915	¥890
			1,800kcal	¥945	¥920
			2,000kcal	¥975	¥950
○やわらか食	高齢者	1,400kcal	¥885	¥860	
		1,600kcal	¥915	¥890	
○腎臓食		1,800kcal	¥865 (副食のみ)	¥840 (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