

1400kcal

温めておいしくお召し上がりください。

	10月26日(月)		10月27日(火)		10月28日(水)		10月29日(木)		10月30日(金)		10月31日(土)	
昼食	焼魚 はんぺん煮 あえもの きのこいため 豚肉の生姜焼き		豚肉のトロみあん 高野豆腐の含め煮 あえもの いためもの いり卵		魚の香味焼き ひじき煮 甘酢いため あえもの 芋煮		牛肉の鉄板焼き かき揚げ だしびたし あえもの かぼちゃ煮		鶏肉のじぶ煮風 えびいため いり煮 あえもの シューマイ		魚の幽庵焼き 白菜煮 だしまき卵 マリネ風 コロケ	
	エネルギー	489 kcal	エネルギー	491 kcal	エネルギー	487 kcal	エネルギー	506 kcal	エネルギー	460 kcal	エネルギー	560 kcal
	蛋白	24.1 g	蛋白	25.6 g	蛋白	18.9 g	蛋白	20.8 g	蛋白	22.4 g	蛋白	19.9 g
	脂質	15.5 g	脂質	10.1 g	脂質	14.1 g	脂質	13.9 g	脂質	9.7 g	脂質	20.3 g
	炭水化物	60.2 g	炭水化物	72.5 g	炭水化物	69.9 g	炭水化物	71.1 g	炭水化物	69.3 g	炭水化物	64.5 g
ナトリウム	1007 mg	ナトリウム	1012 mg	ナトリウム	762 mg	ナトリウム	887 mg	ナトリウム	1055 mg	ナトリウム	671 mg	
夕食	鶏肉の中華漬け せん切り煮 ソテー あえもの		魚の焼きびたし そばろ煮 ソテー あえもの		牛肉の甘辛煮 えび玉 焼きびたし サラダ		豚肉のみそいため 高野のいため煮 田舎煮 あえもの		魚の照り焼き 豆腐の野菜あんかけ ごまあえ 洋風煮		ハンバーグ ポトフ ピリ辛いため 即席漬け	
	エネルギー	427 kcal	エネルギー	425 kcal	エネルギー	420 kcal	エネルギー	421 kcal	エネルギー	447 kcal	エネルギー	420 kcal
	蛋白	21.8 g	蛋白	18.5 g	蛋白	19.3 g	蛋白	15.6 g	蛋白	18.9 g	蛋白	19.9 g
	脂質	9 g	脂質	11.8 g	脂質	8.4 g	脂質	9.4 g	脂質	14.4 g	脂質	10.1 g
	炭水化物	62.3 g	炭水化物	58.3 g	炭水化物	64.5 g	炭水化物	66.5 g	炭水化物	58.8 g	炭水化物	59.9 g
ナトリウム	872 mg	ナトリウム	755 mg	ナトリウム	866 mg	ナトリウム	862 mg	ナトリウム	700 mg	ナトリウム	929 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