

温めておいしくお召上がりください。

| | 11月2日(月) | | | 11月3日(火) | | | 11月4日(水) | | | 11月5日(木) | | | 11月6日(金) | | | 11月7日(土) | | |
|----|--|-------|------|--|-------|------|-------------------------------------|-------|------|--|-------|------|---|-------|------|---|-------|------|
| 昼食 | 牛肉の南蛮煮 ツナグラタン 桜えびのいためもの ゆかりあえ | | | カレームニエル べっこう煮 佃煮風 あえもの じゃが焼き | | | ミートオムレツ あえもの せん切りいため 炊き合わせ | | | 鶏肉のから揚げ 白菜の煮もの あえもの いためもの | | | 赤魚のみそ漬け焼き とろみいため 含め煮 サラダ | | | 豚肉のカレー煮込み 筍の煮もの さつま芋のグラタン あえもの | | |
| | エネルギー | 619 | kcal | エネルギー | 577 | kcal | エネルギー | 623 | kcal | エネルギー | 632 | kcal | エネルギー | 599 | kcal | エネルギー | 646 | kcal |
| | 蛋白 | 15.2 | g | 蛋白 | 14 | g | 蛋白 | 13.3 | g | 蛋白 | 15.7 | g | 蛋白 | 12.9 | g | 蛋白 | 13.4 | g |
| | 脂質 | 15.7 | g | 脂質 | 11.9 | g | 脂質 | 15.2 | g | 脂質 | 17.6 | g | 脂質 | 9.8 | g | 脂質 | 18.4 | g |
| | 炭水化物 | 104 | g | 炭水化物 | 101.8 | g | 炭水化物 | 106.5 | g | 炭水化物 | 101.7 | g | 炭水化物 | 113.7 | g | 炭水化物 | 107.9 | g |
| | ナトリウム | 885 | mg | ナトリウム | 859 | mg | ナトリウム | 787 | mg | ナトリウム | 699 | mg | ナトリウム | 837 | mg | ナトリウム | 892 | mg |
| | カリウム | 776 | mg | カリウム | 854 | mg | カリウム | 753 | mg | カリウム | 669 | mg | カリウム | 770 | mg | カリウム | 812 | mg |
| リン | 229 | mg | リン | 234 | mg | リン | 248 | mg | リン | 216 | mg | リン | 215 | mg | リン | 220 | mg | |
| 夕食 | 魚のフライ 野菜いため 酢のもの ホイル焼き | | | 和風ヒレカツ 高野豆腐の含め煮 さつま芋のグラッセ おひたし | | | 煮魚 マヨネーズ焼き ニラいため あえもの | | | 魚のレモン風味 煮もの 手綱こんにやく あえもの ビーフンソテー | | | チキンチャップ うの花いり煮 あえもの 精進揚げ 餃子 | | | 魚の薬味じょうゆ おでん ソテー 焼きびたし サラダ | | |
| | エネルギー | 624 | kcal | エネルギー | 659 | kcal | エネルギー | 612 | kcal | エネルギー | 596 | kcal | エネルギー | 606 | kcal | エネルギー | 596 | kcal |
| | 蛋白 | 13.6 | g | 蛋白 | 16.5 | g | 蛋白 | 15.8 | g | 蛋白 | 14.6 | g | 蛋白 | 17.3 | g | 蛋白 | 15.6 | g |
| | 脂質 | 15.4 | g | 脂質 | 16.8 | g | 脂質 | 16.3 | g | 脂質 | 11.5 | g | 脂質 | 14.4 | g | 脂質 | 14.3 | g |
| | 炭水化物 | 107.9 | g | 炭水化物 | 109.3 | g | 炭水化物 | 96.7 | g | 炭水化物 | 106.9 | g | 炭水化物 | 100 | g | 炭水化物 | 99.8 | g |
| | ナトリウム | 703 | mg | ナトリウム | 602 | mg | ナトリウム | 664 | mg | ナトリウム | 837 | mg | ナトリウム | 785 | mg | ナトリウム | 767 | mg |
| | カリウム | 743 | mg | カリウム | 792 | mg | カリウム | 556 | mg | カリウム | 902 | mg | カリウム | 627 | mg | カリウム | 807 | mg |
| リン | 243 | mg | リン | 241 | mg | リン | 196 | mg | リン | 236 | mg | リン | 225 | mg | リン | 405 | mg | |

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

(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。

厚生労働省
食事療法用宅配食品栄養指針に基づく