

1400kcal

温めておいしくお召し上がりください。

| | | 11月9日(月) | | | 11月10日(火) | | | 11月11日(水) | | | 11月12日(木) | | | 11月13日(金) | | | 11月14日(土) | | |
|--------|-------|--|-------|-------|---|-------|-------|---|-------|-------|--|-------|-------|-----------------------------------|-------|-------|--|------|--|
| 昼 食 | | 魚の有馬煮 白菜煮 豚肉のみそいため あえもの 厚焼き卵 | | | 牛肉のロベール風 ごった煮 あえもの かき揚げ 煮もの | | | 焼魚 そばろ煮 和風いため あえもの 焼きそば | | | 鶏肉の照り焼き 拌三絲 ちりめんいため 煮もの じゃが芋のソテー | | | 煮魚 山菜煮 カレーソテー あえもの 田楽 | | | 豚肉のいためもの 切り干し大根煮 えびのホイル焼き あえもの だし巻き卵 | | |
| | エネルギー | 495 | kcal | エネルギー | 482 | kcal | エネルギー | 502 | kcal | エネルギー | 501 | kcal | エネルギー | 466 | kcal | エネルギー | 479 | kcal | |
| | 蛋白 | 19.8 | g | 蛋白 | 20.6 | g | 蛋白 | 23.6 | g | 蛋白 | 22.4 | g | 蛋白 | 23.2 | g | 蛋白 | 23.4 | g | |
| | 脂質 | 15.9 | g | 脂質 | 13.3 | g | 脂質 | 11.1 | g | 脂質 | 13.6 | g | 脂質 | 11.2 | g | 脂質 | 10.5 | g | |
| | 炭水化物 | 64.3 | g | 炭水化物 | 67.8 | g | 炭水化物 | 74.1 | g | 炭水化物 | 69.7 | g | 炭水化物 | 63.2 | g | 炭水化物 | 70 | g | |
| ナトリウム | 807 | mg | ナトリウム | 1011 | mg | ナトリウム | 966 | mg | ナトリウム | 820 | mg | ナトリウム | 1015 | mg | ナトリウム | 824 | mg | | |
| 夕 食 | | 焼きとり風 いため煮 しぐれ煮 サラダ | | | ムニエル みそ煮 洋風煮 あえもの | | | 牛肉のすき煮 かぼちゃのあんかけ あえもの はんぺんのソテー | | | 天ぷら 信田煮 あえもの おかかいため | | | ハンバーグ 高野の煮もの なます バターソテー | | | 焼魚 いため煮 マヨネーズ焼き あえもの | | |
| | エネルギー | 435 | kcal | エネルギー | 437 | kcal | エネルギー | 436 | kcal | エネルギー | 398 | kcal | エネルギー | 456 | kcal | エネルギー | 419 | kcal | |
| | 蛋白 | 19.2 | g | 蛋白 | 17.7 | g | 蛋白 | 17.1 | g | 蛋白 | 14.6 | g | 蛋白 | 17 | g | 蛋白 | 15.7 | g | |
| | 脂質 | 7.8 | g | 脂質 | 12.5 | g | 脂質 | 5.4 | g | 脂質 | 10.1 | g | 脂質 | 12.4 | g | 脂質 | 10.1 | g | |
| | 炭水化物 | 69.6 | g | 炭水化物 | 61.5 | g | 炭水化物 | 78.6 | g | 炭水化物 | 60 | g | 炭水化物 | 66.4 | g | 炭水化物 | 65.3 | g | |
| ナトリウム | 684 | mg | ナトリウム | 881 | mg | ナトリウム | 839 | mg | ナトリウム | 675 | mg | ナトリウム | 779 | mg | ナトリウム | 739 | 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)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 | ¥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