

温めておいしくお召し上がりください。

	12月7日(月)		12月8日(火)		12月9日(水)		12月10日(木)		12月11日(金)		12月12日(土)	
昼 食	牛肉の野菜いため がんもどきの煮もの サラダ あえもの		ムニエル 煮もの ペーコンソテー ¹ コロッケ 甘酢		いりどり オムレツ グラタン風 あえもの		魚の七味焼き いため煮 コーンソテー ¹ あえもの いり卵		とんすき風 山菜いため 松前漬け カレー煮		牛肉の野菜いため 厚揚げのチーズ焼き わらびの煮もの あえもの マーマリン焼き	
	エネルギー	618 kcal	エネルギー	601 kcal	エネルギー	651 kcal	エネルギー	593 kcal	エネルギー	579 kcal	エネルギー	581 kcal
	蛋白	16.8 g	蛋白	16.8 g	蛋白	14.3 g	蛋白	16.7 g	蛋白	15.6 g	蛋白	13.7 g
	脂質	13.9 g	脂質	12.3 g	脂質	19.4 g	脂質	14.8 g	脂質	8.5 g	脂質	13.1 g
	炭水化物	106.7 g	炭水化物	104.3 g	炭水化物	103.2 g	炭水化物	97.7 g	炭水化物	109.2 g	炭水化物	100.3 g
	ナトリウム	707 mg	ナトリウム	999 mg	ナトリウム	1019 mg	ナトリウム	823 mg	ナトリウム	1011 mg	ナトリウム	702 mg
	カリウム	698 mg	カリウム	734 mg	カリウム	684 mg	カリウム	601 mg	カリウム	822 mg	カリウム	705 mg
	リン	248 mg	リン	251 mg	リン	243 mg	リン	244 mg	リン	248 mg	リン	231 mg
	青魚の有馬煮 えび玉 酢のもの きんぴらごぼう		豚肉のつけ焼き かぼちゃのグラタン もろきゅう わらびの煮もの ミートボール		魚の照り焼き ぜんまい煮 かぼちゃ煮 拌三絲 あえもの		ハンバーグ みそ田楽 煮びたし 鶏肉の照り焼き あえもの		魚の塩焼き 煮しめ コンソメ煮 かぼちゃの天ぷら サラダ		魚の照り焼き 大根の煮込み 春巻き 酢のもの	
	エネルギー	639 kcal	エネルギー	641 kcal	エネルギー	610 kcal	エネルギー	616 kcal	エネルギー	636 kcal	エネルギー	596 kcal
夕 食	蛋白	15.7 g	蛋白	16.4 g	蛋白	11.9 g	蛋白	16.3 g	蛋白	16.5 g	蛋白	16.9 g
	脂質	18.3 g	脂質	20.5 g	脂質	13 g	脂質	14.5 g	脂質	19.3 g	脂質	10.3 g
	炭水化物	98.6 g	炭水化物	96.4 g	炭水化物	109 g	炭水化物	102.4 g	炭水化物	98.9 g	炭水化物	108.3 g
	ナトリウム	728 mg	ナトリウム	756 mg	ナトリウム	704 mg	ナトリウム	888 mg	ナトリウム	826 mg	ナトリウム	635 mg
	カリウム	465 mg	カリウム	738 mg	カリウム	689 mg	カリウム	1067 mg	カリウム	865 mg	カリウム	851 mg
	リン	226 mg	リン	230 mg	リン	192 mg	リン	229 mg	リン	201 mg	リン	247 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、栄養価は
類似のものを使用しますので了承ください。

◎お粥をご希望の方はお申し出ください。

お届け要領

- ご注文は、毎日ご利用いただくことが原則です。
- 月～土曜日(祭日含む)まで毎日お届けします。
- 前金でお願い致します。
- 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
- 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。)
- 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。
- 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頂きます。

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	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 (副食のみ)	¥865 (副食のみ)	¥865 (副食のみ)

※腎臓食以外はご飯付価格です。

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

食事療法用宅配食品栄養指針に基づく

厚生労働省