

1600kcal

温めておいしくお召し上がりください。

		12月28日(月)		12月29日(火)		12月30日(水)		12月31日(木)		1月1日(金)		1月2日(土)	
昼食		豚肉のきのこソテー 含め煮 春巻き あえもの いり卵		魚のみぞれ煮 いため煮 あえもの 焼き厚揚げ ロールキャベツ		牛肉の中華煮 いり豆腐 なると煮 あえもの シューマイ		0 0 お休み 0 0		0 0 お休み 0 0		0 0 お休み 0 0	
	エネルギー	545	kcal	537	kcal	525	kcal	573	kcal	550	kcal	569	kcal
	蛋白	24.7	g	19.3	g	21.1	g	25.5	g	22.9	g	21.1	g
	脂質	15	g	15.8	g	12	g	20.2	g	14.2	g	19.7	g
	炭水化物	76.5	g	75.7	g	80.2	g	69.7	g	79.6	g	73.1	g
	ナトリウム	818	mg	946	mg	1101	mg	918	mg	1014	mg	1058	mg
夕食		煮魚 洋風煮 卵の野菜あん あえもの ハンバーグ		かに玉 サラダ 鶏肉のから揚げ おおか煮 マヨネーズ焼き		魚の焼きびたし クリーム煮 おでん煮 あえもの 焼きうどん		0 0 お休み 0		0 0 お休み 0		0 0 お休み 0	
	エネルギー	591	kcal	575	kcal	557	kcal	564	kcal	578	kcal	551	kcal
	蛋白	25.3	g	23.8	g	24.6	g	21.5	g	28	g	27.3	g
	脂質	13.8	g	17.7	g	9.7	g	8.9	g	14.1	g	10.2	g
	炭水化物	87.5	g	76.8	g	89.7	g	96.4	g	82.9	g	85.7	g
	ナトリウム	974	mg	924	mg	1035	mg	1062	mg	1018	mg	1290	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定期注文載っている方、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