週間献立表（カロリー1600kcal管理食）

	2月15日（月）			2月16日（火）			2月17日（水）			2月18日（木）			2月19日（金）		
	品名		アレルゲン	品名		アレルゲン	品名		アレルゲン	品名		アレルゲン	品名		アレルゲン
朝食	★ごはん150g			★ごはん150g			★ごはん150g			★ごはん150g			★ごはん150g		
	大豆の洋風五目煮		乳麦	鶏肉と小松菜煮		麦	ミートインオムレツ		卵麦	豚肉と厚揚げの煮物		乳麦	鶏肉とジャガ芋の揚煮		麦
	豚肉としめじの生姜バター風味		卵乳麦	白菜の煮びたし		麦	野菜の味噌煮込み		麦	ひじきとアサリのさっぱり煮		麦	レンコンとフキの煮物		麦
	煮生酢		麦	ｶﾘﾌﾗﾜｰのﾋﾟｰﾅｯﾂ味噌和え		乳麦落	大豆とごぼうの煮物		麦	バンバンジーサラダ		乳麦	豆腐のかに風あんかけ		卵麦
	★すまし汁（錦糸玉子・若芽）		卵麦	★味噌汁（豆腐・なめこ）			★味噌汁（巻麩・揚げ）		麦	★すまし汁（若芽・おつゆ麩）		麦	★味噌汁（揚げ・白菜）		
		おかず	ご飯ｾｯﾄ		おかず	ご飯ｾｯﾄ		おかず	ご飯ｾｯﾄ		おかず	ご飯ｾｯﾄ		おかず	ご飯ｾｯﾄ
	エネルギー	215kcal	474kcal	エネルギー	159kcal	419kcal	エネルギー	178kcal	451kcal	エネルギー	166kcal	422kcal	エネルギー	169kcal	436kcal
	たんぱく質	12.3g	17.5g	たんぱく質	14.2g	19.6g	たんぱく質	11.4g	17.7g	たんぱく質	11.6g	16.8g	たんぱく質	7.7g	13.5g
	脂質	10.0g	11.3g	脂質	6.0g	7.0g	脂質	5.6g	7.3g	脂質	8.2g	8.9g	脂質	6.4g	8.0g
	炭水化物	19.5g	73.9g	炭水化物	13.2g	68.2g	炭水化物	21.5g	77.3g	炭水化物	12.2g	67.3g	炭水化物	19.3g	74.3g
	ナトリウム	699mg	884mg	ナトリウム	545mg	799mg	ナトリウム	581mg	807mg	ナトリウム	639mg	806mg	ナトリウム	486mg	713mg
	食塩相当量	1.8g	2.2g	食塩相当量	1.4g	2.0g	食塩相当量	1.5g	2.1g	食塩相当量	1.6g	2.1g	食塩相当量	1.2g	1.8g
昼食	★ごはん150g			★ごはん150g			★ごはん150g			★ごはん150g			★ごはん150g		
	赤魚の青じそ焼		麦	ピリ辛牛肉炒め		麦落	白身魚のガーリックオイル焼き		乳	鶏の酒蒸し煮		麦	アジの野菜あんかけ		麦
	ブロッコリー			五色煮		麦	インゲンソテー		乳麦	キャベツソテー		乳麦	ブロッコリーの煮物		麦
	竹輪とインゲンの玉子とじ		卵麦	法蓮草のおひたし		麦	豚挽き肉と切干大根の煮物		麦	白菜と若布の煮物		麦	竹の子のカレーそぼろ炒め		乳麦
	牛肉とひじきの炒め煮		麦	★すまし汁（椎茸・錦糸玉子）		卵麦	南瓜とツナのサラダ		卵乳麦	竹輪の五色きんぴら		卵乳麦	★すまし汁（錦糸玉子・若芽）		卵麦
	★味噌汁（巻麩・キャベツ）		麦				★味噌汁（若芽・キャベツ）			★味噌汁（しめじ・切干）					
		おかず	ご飯ｾｯﾄ		おかず	ご飯ｾｯﾄ		おかず	ご飯ｾｯﾄ		おかず	ご飯ｾｯﾄ		おかず	ご飯ｾｯﾄ
	エネルギー	213kcal	477kcal	エネルギー	240kcal	499kcal	エネルギー	210kcal	467kcal	エネルギー	229kcal	484kcal	エネルギー	215kcal	474kcal
	たんぱく質	15.8g	21.5g	たんぱく質	11.0g	16.2g	たんぱく質	13.5g	18.7g	たんぱく質	13.6g	18.7g	たんぱく質	18.0g	23.2g
	脂質	12.1g	13.0g	脂質	14.0g	15.3g	脂質	11.3g	12.1g	脂質	12.5g	13.3g	脂質	9.4g	10.7g
	炭水化物	10.4g	66.5g	炭水化物	17.1g	71.5g	炭水化物	12.6g	67.8g	炭水化物	14.7g	69.3g	炭水化物	15.3g	69.7g
	ナトリウム	755mg	982mg	ナトリウム	780mg	945mg	ナトリウム	697mg	944mg	ナトリウム	673mg	899mg	ナトリウム	740mg	925mg
	食塩相当量	1.9g	2.5g	食塩相当量	2.0g	2.4g	食塩相当量	1.8g	2.4g	食塩相当量	1.7g	2.3g	食塩相当量	1.9g	2.4g
間食	◎牛乳180g			◎牛乳180g			◎牛乳180g			◎牛乳180g			◎牛乳180g		
	◎グレープフルーツ200g			◎りんご150g			◎キウイフルーツ150g			◎オレンジ200g			◎キウイフルーツ150g		
夕食	★ごはん150g			★ごはん150g			★ごはん150g			★ごはん150g			★ごはん150g		
	ハーブチキンソテー		卵	あぶらかれいみぞれ煮		麦	鶏肉の韓国風炒め		麦落	ブリのごま醤油焼		麦	豚生姜焼き丼（具）		麦落
	ミックスソテー		乳麦	スナップえんどう		麦	麩の野菜あんかけ		麦	金時豆煮		麦	ひじきとツナのピリ辛トマト煮込み		乳麦
	ジャガ芋とえのきの煮物		麦	キャベツと豚肉の味噌炒め		卵乳麦	ブロッコリーのゴマ和え		乳麦	さつま揚げと小松菜の煮びたし		卵麦	若芽としらすのおひたし		麦
	ベーコンと白菜のマリネ		卵乳麦	大根のマヨネーズ和え			★すまし汁（錦糸玉子・えのき）		卵麦	ふきと人参の甘露煮		麦	★味噌汁（豆腐・巻麩）		麦
	★味噌汁（小松菜・切干）			★味噌汁（若芽・白菜）						★味噌汁（巻麩・えのき）		麦			
		おかず	ご飯ｾｯﾄ		おかず	ご飯ｾｯﾄ		おかず	ご飯ｾｯﾄ		おかず	ご飯ｾｯﾄ		おかず	ご飯ｾｯﾄ
	エネルギー	214kcal	471kcal	エネルギー	249kcal	505kcal	エネルギー	248kcal	507kcal	エネルギー	239kcal	501kcal	エネルギー	235kcal	502kcal
	たんぱく質	13.2g	18.4g	たんぱく質	20.3g	25.4g	たんぱく質	15.1g	20.3g	たんぱく質	15.0g	20.6g	たんぱく質	13.1g	19.0g
	脂質	9.9g	10.7g	脂質	11.8g	12.6g	脂質	12.9g	14.2g	脂質	11.2g	12.1g	脂質	11.2g	12.3g
	炭水化物	17.2g	72.0g	炭水化物	15.6g	70.5g	炭水化物	17.2g	71.4g	炭水化物	18.0g	73.5g	炭水化物	21.1g	77.0g
	ナトリウム	688mg	917mg	ナトリウム	770mg	1017mg	ナトリウム	804mg	969mg	ナトリウム	729mg	955mg	ナトリウム	904mg	1131mg
	食塩相当量	1.7g	2.3g	食塩相当量	2.0g	2.6g	食塩相当量	2.0g	2.5g	食塩相当量	1.9g	2.4g	食塩相当量	2.3g	2.9g
合計		おかず	ご飯ｾｯﾄ		おかず	ご飯ｾｯﾄ		おかず	ご飯ｾｯﾄ		おかず	ご飯ｾｯﾄ		おかず	ご飯ｾｯﾄ
	エネルギー	642kcal	1422kcal	エネルギー	648kcal	1423kcal	エネルギー	636kcal	1425kcal	エネルギー	634kcal	1407kcal	エネルギー	619kcal	1412kcal
	たんぱく質	41.3g	57.4g	たんぱく質	45.5g	61.2g	たんぱく質	40.0g	56.7g	たんぱく質	40.2g	56.1g	たんぱく質	38.8g	55.7g
	脂質	32.0g	35.0g	脂質	31.8g	34.9g	脂質	29.8g	33.6g	脂質	31.9g	34.3g	脂質	27.0g	31.0g
	炭水化物	47.1g	212.4g	炭水化物	45.9g	210.2g	炭水化物	51.3g	216.5g	炭水化物	44.9g	210.1g	炭水化物	55.7g	221.0g
	ナトリウム	2142mg	2783mg	ナトリウム	2095mg	2761mg	ナトリウム	2082mg	2720mg	ナトリウム	2041mg	2660mg	ナトリウム	2130mg	2769mg
	食塩相当量	5.4g	7.0g	食塩相当量	5.4g	7.0g	食塩相当量	5.3g	7.0g	食塩相当量	5.2g	6.8g	食塩相当量	5.4g	7.1g
合計（間食込）	エネルギー	839kcal	1619kcal	エネルギー	855kcal	1630kcal	エネルギー	837kcal	1626kcal	エネルギー	833kcal	1606kcal	エネルギー	820kcal	1613kcal
	たんぱく質	49.0g	65.1g	たんぱく質	51.6g	67.3g	たんぱく質	47.4g	64.1g	たんぱく質	48.1g	64.0g	たんぱく質	46.2g	63.1g
	脂質	39.0g	42.0g	脂質	38.9g	42.0g	脂質	36.8g	40.6g	脂質	38.9g	41.3g	脂質	34.0g	38.0g
	炭水化物	74.9g	240.2g	炭水化物	77.8g	242.1g	炭水化物	80.2g	245.4g	炭水化物	73.1g	238.3g	炭水化物	84.6g	249.9g
	ナトリウム	2218mg	2859mg	ナトリウム	2169mg	2835mg	ナトリウム	2159mg	2797mg	ナトリウム	2117mg	2736mg	ナトリウム	2207mg	2846mg
	食塩相当量	5.6g	7.2g	食塩相当量	5.6g	7.2g	食塩相当量	5.5g	7.2g	食塩相当量	5.4g	7.0g	食塩相当量	5.6g	7.3g

※献立は予告無く変更することがあります。
※商品はチルド品なので喫食日まで冷蔵庫に入れて保管ください。
※お召上がりについて、商品は使用日に限定してお召上がりください。
※「◎」は間食になります。間食はメニューを参考にして各家庭で御用意ください。

※本品は消費者庁許可の特別用途食品（病者用食品）ではありません。
※食事療法としてご利用する場合は事前に主治医にご相談ください。
※おかずのみの組合員様は★印のものは各家庭にて御用意ください。

お食事の作り方

①惣菜は全てチルドで
真空包装されています。
②ご利用までは冷蔵庫にて
保管します。

③温かく召上がるメニュー
は湯煎で温めます。又は
お皿に移してから、ラップ
をして電子レンジを
かけます

④冷たく召上がる
メニューはそのまま
開封して盛付けます。

このマーク
が目印

⑤ごはん、味噌汁と共に
器に盛り付けして
完了です。
注）味噌汁はつきません

ワンポイントアドバイス

●湯煎は水の状態から惣菜のパックを入れて
火をかけます。沸騰したら火を止めて
５～１０分程度保温して下さい。

●簡単な付け合わせを付けますと、よりきれいに
盛付ける事が出来ます。

週間献立表（カロリー1440kcal管理食）

	2月15日（月）			2月16日（火）			2月17日（水）			2月18日（木）			2月19日（金）		
	品名		アレルゲン	品名		アレルゲン	品名		アレルゲン	品名		アレルゲン	品名		アレルゲン
朝食	★ごはん120g			★ごはん120g			★ごはん120g			★ごはん120g			★ごはん120g		
	大豆の洋風五目煮		乳麦	鶏肉と小松菜煮		麦	ミートインオムレツ		卵麦	豚肉と厚揚げの煮物		乳麦	鶏肉とジャガ芋の揚煮		麦
	豚肉としめじの生姜バター風味		卵乳麦	白菜の煮びたし		麦	野菜の味噌煮込み		麦	ひじきとアサリのさっぱり煮		麦	レンコンとフキの煮物		麦
	煮生酢		麦	ｶﾘﾌﾗﾜｰのﾋﾟｰﾅｯﾂ味噌和え		乳麦落	大豆とごぼうの煮物		麦	バンバンジーサラダ		乳麦	豆腐のかに風あんかけ		卵麦
		おかず	ご飯ｾｯﾄ		おかず	ご飯ｾｯﾄ		おかず	ご飯ｾｯﾄ		おかず	ご飯ｾｯﾄ		おかず	ご飯ｾｯﾄ
	エネルギー	215kcal	408kcal	エネルギー	159kcal	352kcal	エネルギー	178kcal	371kcal	エネルギー	166kcal	359kcal	エネルギー	169kcal	362kcal
	たんぱく質	12.3g	15.6g	たんぱく質	14.2g	17.5g	たんぱく質	11.4g	14.7g	たんぱく質	11.6g	14.9g	たんぱく質	7.7g	11.0g
	脂質	10.0g	10.5g	脂質	6.0g	6.5g	脂質	5.6g	6.1g	脂質	8.2g	8.7g	脂質	6.4g	6.9g
	炭水化物	19.5g	61.4g	炭水化物	13.2g	55.1g	炭水化物	21.5g	63.4g	炭水化物	12.2g	54.1g	炭水化物	19.3g	61.2g
	ナトリウム	699mg	700mg	ナトリウム	545mg	546mg	ナトリウム	581mg	582mg	ナトリウム	639mg	640mg	ナトリウム	486mg	487mg
	食塩相当量	1.8g	1.8g	食塩相当量	1.4g	1.4g	食塩相当量	1.5g	1.5g	食塩相当量	1.6g	1.6g	食塩相当量	1.2g	1.2g
昼食	★ごはん120g			★ごはん120g			★ごはん120g			★ごはん120g			★ごはん120g		
	赤魚の青じそ焼		麦	ピリ辛牛肉炒め		麦落	白身魚のガーリックオイル焼き		乳	鶏の酒蒸し煮		麦	アジの野菜あんかけ		麦
	ブロッコリー			五色煮		麦	インゲンソテー		乳麦	キャベツソテー		乳麦	ブロッコリーの煮物		麦
	竹輪とインゲンの玉子とじ		卵麦	法蓮草のおひたし		麦	豚挽き肉と切干大根の煮物		麦	白菜と若布の煮物		麦	竹の子のカレーそぼろ炒め		乳麦
	牛肉とひじきの炒め煮		麦				南瓜とツナのサラダ		卵乳麦	竹輪の五色きんぴら		卵乳麦			
		おかず	ご飯ｾｯﾄ		おかず	ご飯ｾｯﾄ		おかず	ご飯ｾｯﾄ		おかず	ご飯ｾｯﾄ		おかず	ご飯ｾｯﾄ
	エネルギー	213kcal	406kcal	エネルギー	240kcal	433kcal	エネルギー	210kcal	403kcal	エネルギー	229kcal	422kcal	エネルギー	215kcal	408kcal
	たんぱく質	15.8g	19.1g	たんぱく質	11.0g	14.3g	たんぱく質	13.5g	16.8g	たんぱく質	13.6g	16.9g	たんぱく質	18.0g	21.3g
	脂質	12.1g	12.6g	脂質	14.0g	14.5g	脂質	11.3g	11.8g	脂質	12.5g	13.0g	脂質	9.4g	9.9g
	炭水化物	10.4g	52.3g	炭水化物	17.1g	59.0g	炭水化物	12.6g	54.5g	炭水化物	14.7g	56.6g	炭水化物	15.3g	57.2g
	ナトリウム	755mg	756mg	ナトリウム	780mg	781mg	ナトリウム	697mg	698mg	ナトリウム	673mg	674mg	ナトリウム	740mg	741mg
	食塩相当量	1.9g	1.9g	食塩相当量	2.0g	2.0g	食塩相当量	1.8g	1.8g	食塩相当量	1.7g	1.7g	食塩相当量	1.9g	1.9g
間食	◎牛乳180g			◎牛乳180g			◎牛乳180g			◎牛乳180g			◎牛乳180g		
	◎グレープフルーツ200g			◎りんご150g			◎キウイフルーツ150g			◎オレンジ200g			◎キウイフルーツ150g		
夕食	★ごはん120g			★ごはん120g			★ごはん120g			★ごはん120g			★ごはん120g		
	ハーブチキンソテー		卵	あぶらかれいみぞれ煮		麦	鶏肉の韓国風炒め		麦落	ブリのごま醤油焼		麦	豚生姜焼き丼（具）		麦落
	ミックスソテー		乳麦	スナップえんどう			麩の野菜あんかけ		麦	金時豆煮		麦	ひじきとツナのピリ辛トマト煮込み		乳麦
	ジャガ芋とえのきの煮物		麦	キャベツと豚肉の味噌炒め		麦	ブロッコリーのゴマ和え		乳麦	さつま揚げと小松菜の煮びたし		卵麦	若芽としらすのおひたし		麦
	ベーコンと白菜のマリネ		卵乳麦	大根のマヨネーズ和え		卵乳麦				ふきと人参の甘露煮		麦			
		おかず	ご飯ｾｯﾄ		おかず	ご飯ｾｯﾄ		おかず	ご飯ｾｯﾄ		おかず	ご飯ｾｯﾄ		おかず	ご飯ｾｯﾄ
	エネルギー	214kcal	407kcal	エネルギー	249kcal	442kcal	エネルギー	248kcal	441kcal	エネルギー	239kcal	432kcal	エネルギー	235kcal	428kcal
	たんぱく質	13.2g	16.5g	たんぱく質	20.3g	23.6g	たんぱく質	15.1g	18.4g	たんぱく質	15.0g	18.3g	たんぱく質	13.1g	16.4g
	脂質	9.9g	10.4g	脂質	11.8g	12.3g	脂質	12.9g	13.4g	脂質	11.2g	11.7g	脂質	11.2g	11.7g
	炭水化物	17.2g	59.1g	炭水化物	15.6g	57.5g	炭水化物	17.2g	59.1g	炭水化物	18.0g	59.9g	炭水化物	21.1g	63.0g
	ナトリウム	688mg	689mg	ナトリウム	770mg	771mg	ナトリウム	804mg	805mg	ナトリウム	729mg	730mg	ナトリウム	904mg	905mg
	食塩相当量	1.7g	1.8g	食塩相当量	2.0g	2.0g	食塩相当量	2.0g	2.0g	食塩相当量	1.9g	1.9g	食塩相当量	2.3g	2.3g
合計		おかず	ご飯ｾｯﾄ		おかず	ご飯ｾｯﾄ		おかず	ご飯ｾｯﾄ		おかず	ご飯ｾｯﾄ		おかず	ご飯ｾｯﾄ
	エネルギー	642kcal	1221kcal	エネルギー	648kcal	1227kcal	エネルギー	636kcal	1215kcal	エネルギー	634kcal	1213kcal	エネルギー	619kcal	1198kcal
	たんぱく質	41.3g	51.2g	たんぱく質	45.5g	55.4g	たんぱく質	40.0g	49.9g	たんぱく質	40.2g	50.1g	たんぱく質	38.8g	48.7g
	脂質	32.0g	33.5g	脂質	31.8g	33.3g	脂質	29.8g	31.3g	脂質	31.9g	33.4g	脂質	27.0g	28.5g
	炭水化物	47.1g	172.8g	炭水化物	45.9g	171.6g	炭水化物	51.3g	177.0g	炭水化物	44.9g	170.6g	炭水化物	55.7g	181.4g
	ナトリウム	2142mg	2145mg	ナトリウム	2095mg	2098mg	ナトリウム	2082mg	2085mg	ナトリウム	2041mg	2044mg	ナトリウム	2130mg	2133mg
	食塩相当量	5.4g	5.5g	食塩相当量	5.4g	5.4g	食塩相当量	5.3g	5.3g	食塩相当量	5.2g	5.2g	食塩相当量	5.4g	5.4g
合計（間食込）	エネルギー	839kcal	1418kcal	エネルギー	855kcal	1434kcal	エネルギー	837kcal	1416kcal	エネルギー	833kcal	1412kcal	エネルギー	820kcal	1399kcal
	たんぱく質	49.0g	58.9g	たんぱく質	51.6g	61.5g	たんぱく質	47.4g	57.3g	たんぱく質	48.1g	58.0g	たんぱく質	46.2g	56.1g
	脂質	39.0g	40.5g	脂質	38.9g	40.4g	脂質	36.8g	38.3g	脂質	38.9g	40.4g	脂質	34.0g	35.5g
	炭水化物	74.9g	200.6g	炭水化物	77.8g	203.5g	炭水化物	80.2g	205.9g	炭水化物	73.1g	198.8g	炭水化物	84.6g	210.3g
	ナトリウム	2218mg	2221mg	ナトリウム	2169mg	2172mg	ナトリウム	2159mg	2162mg	ナトリウム	2117mg	2120mg	ナトリウム	2207mg	2210mg
	食塩相当量	5.6g	5.7g	食塩相当量	5.6g	5.6g	食塩相当量	5.5g	5.5g	食塩相当量	5.4g	5.4g	食塩相当量	5.6g	5.6g

※献立は予告無く変更することがあります。
※商品はチルド品なので喫食日まで冷蔵庫に入れて保管ください。
※お召上がりについて、商品は使用日に限定してお召上がりください。
※「◎」は間食になります。間食はメニューを参考にして各家庭で御用意ください。

※本品は消費者庁許可の特別用途食品（病者用食品）ではありません。
※食事療法としてご利用する場合は事前に主治医にご相談ください。
※おかずのみの組合員様は★印のものは各家庭にて御用意ください。

お食事の作り方

①惣菜は全てチルドで
真空包装されています。
②ご利用までは冷蔵庫にて
保管します。

③温かく召上がるメニュー
は湯煎で温めます。又は
お皿に移してから、ラップ
をして電子レンジを
かけます

④冷たく召上がる
メニューはそのまま
開封して盛付けます。

このマーク
が目印

⑤ごはん、味噌汁と共に
器に盛り付けして
完了です。
注）味噌汁はつきません

ワンポイントアドバイス

●湯煎は水の状態から惣菜のパックを入れて
火をかけます。沸騰したら火を止めて
５～１０分程度保温して下さい。

●簡単な付け合わせを付けますと、よりきれいに
盛付ける事が出来ます。

週間献立表（たんぱく40g管理食）

2月15日（月）

	品名	アレルゲン
朝食	★ごはん150g	
	牛ごぼうの生姜煮	麦
	野菜炒め	卵麦
	かにかまサラダ	卵麦

	おかず	ご飯セット
エネルギー	299kcal	542kcal
たんぱく質	6.4g	10.5g
脂質	16.8g	17.4g
炭水化物	30.5g	83.3g
ナトリウム	562mg	563mg
カリウム	434mg	495mg
リン	95mg	160mg
食塩相当量	1.4g	1.4g

	品名	アレルゲン
昼食	★ごはん150g	
	塩ダレポーク	
	菜の花のクリーム煮	乳麦
	揚げナスのめかぶ和え	麦

	おかず	ご飯セット
エネルギー	355kcal	598kcal
たんぱく質	10.4g	14.5g
脂質	27.7g	28.3g
炭水化物	15.3g	68.1g
ナトリウム	679mg	680mg
カリウム	488mg	549mg
リン	144mg	209mg
食塩相当量	1.7g	1.7g

	品名	アレルゲン
間食	◎みかん（缶） 75g	

	品名	アレルゲン
夕食	★ごはん150g	
	鶏のごまタレ煮	麦
	ブロッコリー	
	さつま芋のそぼろ煮	麦
	明太春雨サラダ	卵麦

	おかず	ご飯セット
エネルギー	346kcal	589kcal
たんぱく質	11.3g	15.4g
脂質	18.5g	19.1g
炭水化物	32.9g	85.7g
ナトリウム	585mg	586mg
カリウム	473mg	534mg
リン	153mg	218mg
食塩相当量	1.5g	1.5g

	おかず	ご飯セット
合計		
エネルギー	1000kcal	1729kcal
たんぱく質	28.1g	40.4g
脂質	63.0g	64.8g
炭水化物	78.7g	237.1g
ナトリウム	1826mg	1829mg
カリウム	1395mg	1578mg
リン	392mg	587mg
食塩相当量	4.6g	4.6g

	おかず	ご飯セット
合計（間食込）		
エネルギー	1048kcal	1777kcal
たんぱく質	28.5g	40.8g
脂質	63.1g	64.9g
炭水化物	90.2g	248.6g
ナトリウム	1829mg	1832mg
カリウム	1451mg	1634mg
リン	398mg	593mg
食塩相当量	4.6g	4.6g

2月16日（火）

	品名	アレルゲン
朝食	★ごはん150g	
	鶏肉の中華甘酢炒め	麦
	ナスの炒り煮	麦
	里芋のかに風あんかけ	卵麦

	おかず	ご飯セット
エネルギー	326kcal	569kcal
たんぱく質	7.4g	11.5g
脂質	18.6g	19.2g
炭水化物	32.7g	85.5g
ナトリウム	445mg	446mg
カリウム	479mg	540mg
リン	113mg	178mg
食塩相当量	1.1g	1.1g

	品名	アレルゲン
昼食	★ごはん150g	
	餃子・焼売セット	卵乳麦
	鶏肉のカレー煮	乳麦
	マカロニとパプリカのサラダ	卵麦

	おかず	ご飯セット
エネルギー	346kcal	589kcal
たんぱく質	12.2g	16.3g
脂質	19.5g	20.1g
炭水化物	30.2g	83.0g
ナトリウム	804mg	805mg
カリウム	354mg	415mg
リン	132mg	197mg
食塩相当量	2.0g	2.0g

	品名	アレルゲン
間食	◎パイナップル（缶） 75g	

	品名	アレルゲン
夕食	★ごはん150g	
	クリーム煮込みハンバーグ	乳麦
	ミックスソテー	乳麦
	ぜんまいとコンニャクの炒め煮	麦
	春雨とツナのサラダ	卵

	おかず	ご飯セット
エネルギー	340kcal	583kcal
たんぱく質	9.3g	13.4g
脂質	22.2g	22.8g
炭水化物	22.5g	75.3g
ナトリウム	709mg	710mg
カリウム	452mg	513mg
リン	149mg	214mg
食塩相当量	1.8g	1.8g

	おかず	ご飯セット
合計		
エネルギー	1012kcal	1741kcal
たんぱく質	28.9g	41.2g
脂質	60.3g	62.1g
炭水化物	85.4g	243.8g
ナトリウム	1958mg	1961mg
カリウム	1285mg	1468mg
リン	394mg	589mg
食塩相当量	4.9g	4.9g

	おかず	ご飯セット
合計（間食込）		
エネルギー	1075kcal	1804kcal
たんぱく質	29.2g	41.5g
脂質	60.4g	62.2g
炭水化物	100.6g	259.0g
ナトリウム	1959mg	1962mg
カリウム	1342mg	1525mg
リン	397mg	592mg
食塩相当量	4.9g	4.9g

2月17日（水）

	品名	アレルゲン
朝食	★ごはん150g	
	豚肉と厚揚げの煮物	乳麦
	大根と人参のきんぴら	麦
	ハムの和風サラダ	卵乳麦

	おかず	ご飯セット
エネルギー	280kcal	523kcal
たんぱく質	8.3g	12.4g
脂質	17.6g	18.2g
炭水化物	21.3g	74.1g
ナトリウム	607mg	608mg
カリウム	504mg	565mg
リン	157mg	222mg
食塩相当量	1.5g	1.5g

	品名	アレルゲン
昼食	★ごはん150g	
	サワラのおろし煮	麦
	スイートおさつ	
	キャベツのピーナッツ和え	麦落

	おかず	ご飯セット
エネルギー	317kcal	560kcal
たんぱく質	11.5g	15.6g
脂質	12.4g	13.0g
炭水化物	39.4g	92.2g
ナトリウム	328mg	329mg
カリウム	676mg	737mg
リン	161mg	226mg
食塩相当量	0.8g	0.8g

	品名	アレルゲン
間食	◎黄桃（缶） 75g	

	品名	アレルゲン
夕食	★ごはん150g	
	チキンピカタ	卵麦
	トマトソース	
	バジルスパ	乳麦
	きのことじゃが芋のアヒージョ	
	レンコンとフキの煮物	麦

	おかず	ご飯セット
エネルギー	398kcal	641kcal
たんぱく質	11.5g	15.6g
脂質	25.4g	26.0g
炭水化物	30.1g	82.9g
ナトリウム	717mg	718mg
カリウム	576mg	637mg
リン	160mg	225mg
食塩相当量	1.8g	1.8g

	おかず	ご飯セット
合計		
エネルギー	995kcal	1724kcal
たんぱく質	31.3g	43.6g
脂質	55.4g	57.2g
炭水化物	90.8g	249.2g
ナトリウム	1652mg	1655mg
カリウム	1756mg	1939mg
リン	478mg	673mg
食塩相当量	4.1g	4.1g

	おかず	ご飯セット
合計（間食込）		
エネルギー	1059kcal	1788kcal
たんぱく質	31.7g	44.0g
脂質	55.5g	57.3g
炭水化物	106.3g	264.7g
ナトリウム	1655mg	1658mg
カリウム	1816mg	1999mg
リン	485mg	680mg
食塩相当量	4.1g	4.1g

2月18日（木）

	品名	アレルゲン
朝食	★ごはん150g	
	厚焼玉子	卵麦
	春雨の五目炒め	卵乳麦
	南瓜サラダ	卵乳麦

	おかず	ご飯セット
エネルギー	290kcal	533kcal
たんぱく質	6.4g	10.5g
脂質	15.3g	15.9g
炭水化物	31.1g	83.9g
ナトリウム	512mg	513mg
カリウム	311mg	372mg
リン	109mg	174mg
食塩相当量	1.3g	1.3g

	品名	アレルゲン
昼食	★ごはん150g	
	豚ばら肉炒め	麦
	ジャガ芋の洋風あんかけ	乳麦
	もずくの酢の物	麦

	おかず	ご飯セット
エネルギー	362kcal	605kcal
たんぱく質	10.1g	14.2g
脂質	22.7g	23.3g
炭水化物	27.8g	80.6g
ナトリウム	779mg	780mg
カリウム	568mg	629mg
リン	136mg	201mg
食塩相当量	2.0g	2.0g

	品名	アレルゲン
間食	◎みかん（缶） 75g	

	品名	アレルゲン
夕食	★ごはん150g	
	サーモンフライ	卵麦
	チンゲン菜ソテー	乳麦
	ウインナーときのこの炒め物	乳麦
	たたきごぼう	麦

	おかず	ご飯セット
エネルギー	327kcal	570kcal
たんぱく質	10.4g	14.5g
脂質	22.0g	22.6g
炭水化物	23.5g	76.3g
ナトリウム	670mg	671mg
カリウム	380mg	441mg
リン	156mg	221mg
食塩相当量	1.7g	1.7g

	おかず	ご飯セット
合計		
エネルギー	979kcal	1708kcal
たんぱく質	26.9g	39.2g
脂質	60.0g	61.8g
炭水化物	82.4g	240.8g
ナトリウム	1961mg	1964mg
カリウム	1259mg	1442mg
リン	401mg	596mg
食塩相当量	5.0g	5.0g

	おかず	ご飯セット
合計（間食込）		
エネルギー	1027kcal	1756kcal
たんぱく質	27.3g	39.6g
脂質	60.1g	61.9g
炭水化物	93.9g	252.3g
ナトリウム	1964mg	1967mg
カリウム	1315mg	1498mg
リン	407mg	602mg
食塩相当量	5.0g	5.0g

2月19日（金）

	品名	アレルゲン
朝食	★ごはん150g	
	豆腐ステーキ	卵
	大根と蕗の出汁煮	麦
	玉子スパサラダ	卵乳麦

	おかず	ご飯セット
エネルギー	291kcal	534kcal
たんぱく質	5.4g	9.5g
脂質	19.9g	20.5g
炭水化物	20.8g	73.6g
ナトリウム	587mg	588mg
カリウム	257mg	318mg
リン	66mg	131mg
食塩相当量	1.5g	1.5g

	品名	アレルゲン
昼食	★ごはん150g	
	白身魚のムニエル	卵麦
	小倉金時	
	野菜のピーナッツ和え	麦落

	おかず	ご飯セット
エネルギー	330kcal	573kcal
たんぱく質	14.2g	18.3g
脂質	15.2g	15.8g
炭水化物	32.9g	85.7g
ナトリウム	446mg	447mg
カリウム	649mg	710mg
リン	223mg	288mg
食塩相当量	1.1g	1.1g

	品名	アレルゲン
間食	◎パイナップル（缶） 75g	

	品名	アレルゲン
夕食	★ごはん150g	
	ナスと鶏肉のしぎ焼	麦
	切干大根のカレーきんぴら	乳麦
	明太ポテトサラダ	卵麦

	おかず	ご飯セット
エネルギー	387kcal	630kcal
たんぱく質	9.8g	13.9g
脂質	26.4g	27.0g
炭水化物	26.6g	79.4g
ナトリウム	698mg	699mg
カリウム	506mg	567mg
リン	130mg	195mg
食塩相当量	1.8g	1.8g

	おかず	ご飯セット
合計		
エネルギー	1008kcal	1737kcal
たんぱく質	29.4g	41.7g
脂質	61.5g	63.3g
炭水化物	80.3g	238.7g
ナトリウム	1731mg	1734mg
カリウム	1412mg	1595mg
リン	419mg	614mg
食塩相当量	4.4g	4.4g

	おかず	ご飯セット
合計（間食込）		
エネルギー	1071kcal	1800kcal
たんぱく質	29.7g	42.0g
脂質	61.6g	63.4g
炭水化物	95.5g	253.9g
ナトリウム	1732mg	1735mg
カリウム	1469mg	1652mg
リン	422mg	617mg
食塩相当量	4.4g	4.4g

※献立は予告無く変更することがあります。
※商品はチルド品なので喫食日まで冷蔵庫に入れて保管ください。
※お召上がりについて、商品は使用日に限定してお召上がりください。
※「◎」は間食になります。間食はメニューを参考にして各家庭で御用意ください。

※本品は消費者庁許可の特別用途食品（病者用食品）ではありません。
※食事療法としてご利用する場合は事前に主治医にご相談ください。
※カリウムは調理後２０～３０％減少します。表示は調理前の栄養価です。
※おかずのみの組合員様は★印のものは各家庭にて御用意ください。

お食事の作り方

①惣菜は全てチルドで
真空包装されています。
②ご利用までは冷蔵庫にて
保管します。

③温かく召上がるメニュー
は湯煎で温めます。又は
お皿に移してから、ラップ
をして電子レンジを
かけます

④冷たく召上がる
メニューはそのまま
開封して盛付けます。

このマーク
が目印

⑤ごはん、味噌汁と共に
器に盛り付けして
完了です。
注）味噌汁はつきません

ワンポイントアドバイス

●湯煎は水の状態から惣菜のパックを入れて
火をかけます。沸騰したら火を止めて
５～１０分程度保温して下さい。

●簡単な付け合わせを付けますと、よりきれいに
盛付ける事が出来ます。

週間献立表（たんぱく60g管理食）

	2月15日（月）			2月16日（火）			2月17日（水）			2月18日（木）			2月19日（金）		
	品名		アレルゲン	品名		アレルゲン	品名		アレルゲン	品名		アレルゲン	品名		アレルゲン
朝食	★ごはん180g チキンボール煮 三色煮豆 もずくの酢の物		卵乳麦 麦 麦	★ごはん180g 肉詰いなり煮 大豆の洋風五目煮 春雨の中華和え		卵麦 乳麦 卵乳麦	★ごはん180g 鶏肉と小松菜煮 牛肉とひじきの炒め煮 ベーコンのごま酢和え		麦 麦 卵乳麦	★ごはん180g 豚肉と厚揚げの煮物 ブロッコリーの玉子とじ ジャガ芋の中華炒め		乳麦 卵乳麦 乳麦	★ごはん180g 豆腐ステーキ ひき肉と里芋の味噌煮 野菜の三杯酢		卵 乳麦 麦
		おかず	ご飯セット		おかず	ご飯セット		おかず	ご飯セット		おかず	ご飯セット		おかず	ご飯セット
	エネルギー	189kcal	479kcal	エネルギー	216kcal	506kcal	エネルギー	198kcal	488kcal	エネルギー	195kcal	485kcal	エネルギー	188kcal	478kcal
	たんぱく質	8.7g	13.6g	たんぱく質	10.9g	15.8g	たんぱく質	14.7g	19.6g	たんぱく質	7.9g	12.8g	たんぱく質	6.7g	11.6g
	脂質	5.2g	5.9g	脂質	8.9g	9.6g	脂質	10.9g	11.6g	脂質	10.4g	11.1g	脂質	10.1g	10.8g
	炭水化物	25.2g	88.1g	炭水化物	23.6g	86.5g	炭水化物	10.4g	73.3g	炭水化物	17.1g	80.0g	炭水化物	18.3g	81.2g
	ナトリウム	649mg	650mg	ナトリウム	643mg	644mg	ナトリウム	667mg	668mg	ナトリウム	555mg	556mg	ナトリウム	672mg	673mg
	カリウム	407mg	479mg	カリウム	535mg	607mg	カリウム	521mg	593mg	カリウム	460mg	532mg	カリウム	444mg	516mg
	リン	127mg	204mg	リン	161mg	238mg	リン	192mg	269mg	リン	122mg	199mg	リン	86mg	163mg
	食塩相当量	1.7g	1.7g	食塩相当量	1.6g	1.6g	食塩相当量	1.7g	1.7g	食塩相当量	1.4g	1.4g	食塩相当量	1.7g	1.7g
昼食	★ごはん180g サワラのおろし煮 青菜と高野豆腐の煮物 玉子スパサラダ		麦 麦 卵乳麦	★ごはん180g チキンピカタ トマトソース ブロッコリー 肉豆腐煮 スープキャベツ		卵麦 麦 乳麦	★ごはん180g アジのみりん焼 きのこソテー さつま芋と鶏肉の炒め物 えんどう豆の味噌マヨ和え		麦 乳麦 麦 卵麦	★ごはん180g 鶏肉ときのこのバター醤油 ナスの挽肉炒め 油揚げと菜の花の煮物		乳麦 乳麦 麦	★ごはん180g 白身魚のムニエル インゲンと豚肉のトマト炒め えびポテトサラダ		卵麦 乳麦 卵乳麦え
		おかず	ご飯セット		おかず	ご飯セット		おかず	ご飯セット		おかず	ご飯セット		おかず	ご飯セット
	エネルギー	342kcal	632kcal	エネルギー	301kcal	591kcal	エネルギー	333kcal	623kcal	エネルギー	309kcal	599kcal	エネルギー	339kcal	629kcal
	たんぱく質	17.5g	22.4g	たんぱく質	16.8g	21.7g	たんぱく質	19.2g	24.1g	たんぱく質	15.8g	20.7g	たんぱく質	16.4g	21.3g
	脂質	19.7g	20.4g	脂質	17.7g	18.4g	脂質	16.5g	17.2g	脂質	19.1g	19.8g	脂質	21.0g	21.7g
	炭水化物	22.1g	85.0g	炭水化物	18.8g	81.7g	炭水化物	26.6g	89.5g	炭水化物	18.2g	81.1g	炭水化物	18.8g	81.7g
	ナトリウム	786mg	787mg	ナトリウム	813mg	814mg	ナトリウム	752mg	753mg	ナトリウム	753mg	754mg	ナトリウム	539mg	540mg
	カリウム	539mg	611mg	カリウム	562mg	634mg	カリウム	581mg	653mg	カリウム	485mg	557mg	カリウム	651mg	723mg
	リン	218mg	295mg	リン	195mg	272mg	リン	240mg	317mg	リン	198mg	275mg	リン	249mg	326mg
	食塩相当量	2.0g	2.0g	食塩相当量	2.1g	2.1g	食塩相当量	1.9g	1.9g	食塩相当量	1.9g	1.9g	食塩相当量	1.4g	1.4g
間食	◎みかん（缶）150g			◎パイナップル（缶）150g			◎黄桃（缶）150g			◎みかん（缶）150g			◎パイナップル（缶）150g		
夕食	★ごはん180g 鶏のマスタード焼き キャベツソテー 野菜のソース煮込み ブロッコリーのサラダ ドレッシング（小袋）		麦 乳麦 乳麦 卵麦	★ごはん180g ハッシュドポーク カリフラワーの煮物 キャベツと鶏肉の甘酢生姜和え		乳 卵麦 麦	★ごはん180g えびカツ バジルスパ 春菊と豚肉の炒め物 若芽としらすのおひたし		麦え 乳麦 麦落 麦	★ごはん180g ブリの磯辺焼 アスパラ 鶏ミンチと小松菜の煮物 スイートおさつ		麦 乳麦	★ごはん180g 豚ソース丼の具 春雨としめじの炒め物 菜の花とツナの辛子和え		麦 麦 麦
		おかず	ご飯セット		おかず	ご飯セット		おかず	ご飯セット		おかず	ご飯セット		おかず	ご飯セット
	エネルギー	272kcal	562kcal	エネルギー	297kcal	587kcal	エネルギー	274kcal	564kcal	エネルギー	322kcal	612kcal	エネルギー	251kcal	541kcal
	たんぱく質	14.4g	19.3g	たんぱく質	13.8g	18.7g	たんぱく質	13.1g	18.0g	たんぱく質	17.2g	22.1g	たんぱく質	16.8g	21.7g
	脂質	16.1g	16.8g	脂質	14.6g	15.3g	脂質	13.8g	14.5g	脂質	11.8g	12.5g	脂質	12.2g	12.9g
	炭水化物	18.0g	80.9g	炭水化物	27.4g	90.3g	炭水化物	24.4g	87.3g	炭水化物	35.5g	98.4g	炭水化物	19.0g	81.9g
	ナトリウム	441mg	442mg	ナトリウム	701mg	702mg	ナトリウム	693mg	694mg	ナトリウム	593mg	594mg	ナトリウム	954mg	955mg
	カリウム	525mg	597mg	カリウム	526mg	598mg	カリウム	472mg	544mg	カリウム	708mg	780mg	カリウム	517mg	589mg
	リン	158mg	235mg	リン	159mg	236mg	リン	184mg	261mg	リン	181mg	258mg	リン	218mg	295mg
	食塩相当量	1.1g	1.1g	食塩相当量	1.8g	1.8g	食塩相当量	1.8g	1.8g	食塩相当量	1.5g	1.5g	食塩相当量	2.4g	2.4g
合計		おかず	ご飯セット		おかず	ご飯セット		おかず	ご飯セット		おかず	ご飯セット		おかず	ご飯セット
	エネルギー	803kcal	1673kcal	エネルギー	814kcal	1684kcal	エネルギー	805kcal	1675kcal	エネルギー	826kcal	1696kcal	エネルギー	778kcal	1648kcal
	たんぱく質	40.6g	55.3g	たんぱく質	41.5g	56.2g	たんぱく質	47.0g	61.7g	たんぱく質	40.9g	55.6g	たんぱく質	39.9g	54.6g
	脂質	41.0g	43.1g	脂質	41.2g	43.3g	脂質	41.2g	43.3g	脂質	41.3g	43.4g	脂質	43.3g	45.4g
	炭水化物	65.3g	254.0g	炭水化物	69.8g	258.5g	炭水化物	61.4g	250.1g	炭水化物	70.8g	259.5g	炭水化物	56.1g	244.8g
	ナトリウム	1876mg	1879mg	ナトリウム	2157mg	2160mg	ナトリウム	2112mg	2115mg	ナトリウム	1901mg	1904mg	ナトリウム	2165mg	2168mg
	カリウム	1471mg	1687mg	カリウム	1623mg	1839mg	カリウム	1574mg	1790mg	カリウム	1653mg	1869mg	カリウム	1612mg	1828mg
	リン	503mg	734mg	リン	515mg	746mg	リン	616mg	847mg	リン	501mg	732mg	リン	553mg	784mg
	食塩相当量	4.8g	4.8g	食塩相当量	5.5g	5.5g	食塩相当量	5.4g	5.4g	食塩相当量	4.8g	4.8g	食塩相当量	5.5g	5.5g
合計（間食込）	エネルギー	899kcal	1769kcal	エネルギー	940kcal	1810kcal	エネルギー	933kcal	1803kcal	エネルギー	922kcal	1792kcal	エネルギー	904kcal	1774kcal
	たんぱく質	41.4g	56.1g	たんぱく質	42.1g	56.8g	たんぱく質	47.8g	62.5g	たんぱく質	41.7g	56.4g	たんぱく質	40.5g	55.2g
	脂質	41.2g	43.3g	脂質	41.4g	43.5g	脂質	41.4g	43.5g	脂質	41.5g	43.6g	脂質	43.5g	45.6g
	炭水化物	88.3g	277.0g	炭水化物	100.3g	289.0g	炭水化物	92.3g	281.0g	炭水化物	93.8g	282.5g	炭水化物	86.6g	275.3g
	ナトリウム	1882mg	1885mg	ナトリウム	2159mg	2162mg	ナトリウム	2118mg	2121mg	ナトリウム	1907mg	1910mg	ナトリウム	2167mg	2170mg
	カリウム	1584mg	1800mg	カリウム	1737mg	1953mg	カリウム	1694mg	1910mg	カリウム	1766mg	1982mg	カリウム	1726mg	1942mg
	リン	515mg	746mg	リン	521mg	752mg	リン	630mg	861mg	リン	513mg	744mg	リン	559mg	790mg
	食塩相当量	4.8g	4.8g	食塩相当量	5.5g	5.5g	食塩相当量	5.4g	5.4g	食塩相当量	4.8g	4.8g	食塩相当量	5.5g	5.5g

※献立は予告無く変更することがあります。
※商品はチルド品なので喫食日まで冷蔵庫に入れて保管ください。
※お召上がりについて、商品は使用日に限定してお召上がりください。
※「◎」は間食になります。間食はメニューを参考にして各家庭で御用意ください。

※本品は消費者庁許可の特別用途食品（病者用食品）ではありません。
※食事療法としてご利用する場合は事前に主治医にご相談ください。
※カリウムは調理後２０～３０％減少します。表示は調理前の栄養価です。
※おかずのみの組合員様は★印のものは各家庭にて御用意ください。

お食事の作り方

①惣菜は全てチルドで
真空包装されています。
②ご利用までは冷蔵庫にて
保管します。

③温かく召上がるメニュー
は湯煎で温めます。又は
お皿に移してから、ラップ
をして電子レンジを
かけます

④冷たく召上がる
メニューはそのまま
開封して盛付けます。

このマーク
が目印

⑤ごはん、味噌汁と共に
器に盛り付けして
完了です。
注）味噌汁はつきません

ワンポイントアドバイス

●湯煎は水の状態から惣菜のパックを入れて
火をかけます。沸騰したら火を止めて
５～１０分程度保温して下さい。

●簡単な付け合わせを付けますと、よりきれいに
盛付ける事が出来ます。

週間献立表（やわらか普通食）

	2月15日(月)			2月16日(火)			2月17日(水)			2月18日(木)			2月19日(金)		
	品名		アレルゲン	品名		アレルゲン	品名		アレルゲン	品名		アレルゲン	品名		アレルゲン
朝食	★やわらかごはん180g			★やわらかごはん180g			★やわらかごはん180g			★やわらかごはん180g			★やわらかごはん180g		
	肉詰いなり煮		卵麦	しめじの中華玉子とじ		卵乳麦	鶏肉と野菜の中華炒め		卵麦落	豚肉としめじの生姜バター風味		卵乳麦	がんもどきの含め煮		麦
	竹輪のごま炒め		麦	ひじきと挽肉の炒め煮		麦	大根と椎茸の煮物		麦	ナスの油炒め		麦	金時豆煮		麦
	蒸し鶏のヘルシー和え		乳麦	ブロッコリーのサラダ		麦	一夜漬(白菜・小松菜)		麦	キャベツのピーナッツ和え		麦落	蒸し鶏と小松菜のごま和え		麦
	★味噌汁		麦	★味噌汁		麦	★味噌汁		麦	★味噌汁		麦	★味噌汁		麦
	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット
	エネルギー	183kcal	449kcal	エネルギー	135kcal	407kcal	エネルギー	89kcal	370kcal	エネルギー	159kcal	427kcal	エネルギー	210kcal	478kcal
	蛋白質	8.5g	14.2g	蛋白質	7.5g	13.7g	蛋白質	5.3g	11.8g	蛋白質	6.9g	12.9g	蛋白質	11.1g	16.8g
	脂 質	7.5g	8.4g	脂 質	7.0g	8.0g	脂 質	4.4g	6.1g	脂 質	9.2g	10.2g	脂 質	7.2g	8.1g
	炭水化物	20.5g	76.7g	炭水化物	12.1g	69.3g	炭水化物	9.2g	66.5g	炭水化物	10.7g	67.1g	炭水化物	25.4g	82.2g
	ナトリウム	674mg	1116mg	ナトリウム	752mg	1213mg	ナトリウム	667mg	1108mg	ナトリウム	569mg	1014mg	ナトリウム	668mg	1111mg
	食塩相当量	1.7g	2.8g	食塩相当量	1.9g	3.1g	食塩相当量	1.7g	2.8g	食塩相当量	1.4g	2.6g	食塩相当量	1.7g	2.8g
昼食	★やわらかごはん180g			★やわらかごはん180g			★やわらかごはん180g			★やわらかごはん180g			★やわらかごはん180g		
	えびカツ		麦え	豚肉のおろし煮		麦	アジのみりん焼		麦	チキンピカタ		卵麦	鯖の生姜煮		麦
	アスパラ			さつま芋の炒り煮		麦	ピーマンソテー		卵乳麦	オクラのペペロンチーノ			ふきのかつお煮		
	切干とインゲンの煮物		麦	キャベツとベーコンの和え物		卵乳麦	竹輪とインゲンの玉子とじ		卵麦	春雨のごま炒め		卵麦	肉じゃが煮		麦
	法蓮草と油揚の煮物		麦	★味噌汁		麦	マカロニサラダ		卵乳麦	菜の花と錦糸玉子のおひたし		卵麦	五目野菜の甘酢和え		麦
	★味噌汁		麦				★味噌汁		麦	★味噌汁		麦	★味噌汁		麦
	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット
	エネルギー	188kcal	455kcal		335kcal	605kcal	エネルギー	271kcal	538kcal	エネルギー	297kcal	571kcal	エネルギー	279kcal	547kcal
	蛋白質	10.1g	15.9g	蛋白質	11.2g	17.1g	蛋白質	15.8g	21.4g	蛋白質	12.5g	18.3g	蛋白質	13.4g	19.3g
	脂 質	8.7g	9.6g	脂 質	20.7g	21.6g	脂 質	12.8g	13.7g	脂 質	16.7g	17.6g	脂 質	15.9g	16.8g
	炭水化物	18.2g	74.9g	炭水化物	24.2g	81.4g	炭水化物	22.5g	78.9g	炭水化物	25.0g	83.2g	炭水化物	19.0g	75.5g
	ナトリウム	665mg	1107mg	ナトリウム	907mg	1348mg	ナトリウム	812mg	1256mg	ナトリウム	919mg	1380mg	ナトリウム	749mg	1195mg
	食塩相当量	1.7g	2.8g	食塩相当量	2.3g	3.4g	食塩相当量	2.1g	3.2g	食塩相当量	2.3g	3.5g	食塩相当量	1.9g	3.0g
夕食	★やわらかごはん180g			★やわらかごはん180g			★やわらかごはん180g			★やわらかごはん180g			★やわらかごはん180g		
	花野菜と鶏肉のバジル炒め		乳麦	ブリの幽庵焼		麦	クリーム煮込みハンバーグ		乳麦	白身魚のガーリックオイル焼き		乳	大根とつくねの煮物		卵乳麦
	五目うの花		麦	キヌサヤ			スナップえんどう			ブロッコリー			きんぴら		麦
	南瓜のピーナツ和え		乳麦落	麩の野菜あんかけ		麦	ベーコンと野菜のソテー		卵乳麦	さつま芋と豚肉の揚煮		麦	和風スパゲッティ		乳麦
	★味噌汁		麦	菜の花のおひたし		麦	春菊の酢味噌和え			四色なます		麦	★味噌汁		麦
				★味噌汁		麦	★味噌汁		麦	★味噌汁		麦			
	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット
	エネルギー	276kcal	559kcal	エネルギー	223kcal	489kcal	エネルギー	278kcal	551kcal	エネルギー	208kcal	475kcal	エネルギー	206kcal	472kcal
	蛋白質	13.1g	19.2g	蛋白質	15.2g	20.9g	蛋白質	11.7g	17.9g	蛋白質	14.7g	20.6g	蛋白質	8.1g	13.9g
	脂 質	16.3g	17.2g	脂 質	9.2g	10.1g	脂 質	12.2g	13.2g	脂 質	7.7g	8.6g	脂 質	7.2g	8.1g
	炭水化物	20.3g	80.3g	炭水化物	16.6g	72.7g	炭水化物	29.3g	86.6g	炭水化物	20.1g	76.6g	炭水化物	27.6g	84.0g
	ナトリウム	799mg	1241mg	ナトリウム	807mg	1250mg	ナトリウム	940mg	1382mg	ナトリウム	899mg	1343mg	ナトリウム	967mg	1409mg
	食塩相当量	2.0g	3.2g	食塩相当量	2.1g	3.2g	食塩相当量	2.4g	3.5g	食塩相当量	2.3g	3.4g	食塩相当量	2.5g	3.6g
合計	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット
	エネルギー	647kcal	1463kcal	エネルギー	693kcal	1501kcal	エネルギー	638kcal	1459kcal	エネルギー	664kcal	1473kcal	エネルギー	695kcal	1497kcal
	蛋白質	31.7g	49.3g	蛋白質	33.9g	51.7g	蛋白質	32.8g	51.1g	蛋白質	34.1g	51.8g	蛋白質	32.6g	50.0g
	脂 質	32.5g	35.2g	脂 質	36.9g	39.7g	脂 質	29.4g	33.0g	脂 質	33.6g	36.4g	脂 質	30.3g	33.0g
	炭水化物	59.0g	231.9g	炭水化物	52.9g	223.4g	炭水化物	61.0g	232.0g	炭水化物	55.8g	226.9g	炭水化物	72.0g	241.7g
	ナトリウム	2138mg	3464mg	ナトリウム	2466mg	3811mg	ナトリウム	2419mg	3746mg	ナトリウム	2387mg	3737mg	ナトリウム	2384mg	3715mg
	食塩相当量	5.4g	8.8g	食塩相当量	6.3g	9.7g	食塩相当量	6.2g	9.5g	食塩相当量	6.0g	9.5g	食塩相当量	6.1g	9.4g

★はフルセットのメニューです。おかずセットには付きません。
天候や仕入れの都合により、予告無しで献立を一部変更する場合があります。

お食事の作り方

①惣菜は全てチルドで
真空包装されています。
②ご利用までは冷蔵庫にて
保管します。

③温かく召上がるメニュー
は湯煎で温めます。又は
お皿に移してから、ラップ
をして電子レンジを
かけます

④冷たく召上がる
メニューはそのまま
開封して盛付けます。

このマーク
が目印

⑤ごはん、味噌汁と共に
器に盛り付けして
完了です。
注）味噌汁はつきません

ワンポイントアドバイス

●湯煎は水の状態から惣菜のパックを入れて
火をかけます。沸騰したら火を止めて
５～１０分程度保温して下さい。

●簡単な付け合わせを付けますと、よりきれいに
盛付ける事が出来ます。

週間献立表（刻み食）

	2月15日(月)			2月16日(火)			2月17日(水)			2月18日(木)			2月19日(金)		
	品名		アレルゲン	品名		アレルゲン	品名		アレルゲン	品名		アレルゲン	品名		アレルゲン
朝食	★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g		
	肉詰いなり煮		卵麦	しめじの中華玉子とじ		卵乳麦	鶏肉と野菜の中華炒め		卵麦落	豚肉としめじの生姜バター風味		卵乳麦	がんもどきの含め煮		麦
	竹輪のごま炒め		麦	ひじきと挽肉の炒め煮		麦	大根と椎茸の煮物		麦	ナスの油炒め		麦	金時豆煮		麦
	蒸し鶏のヘルシー和え		乳麦	ブロッコリーのサラダ		麦	一夜漬(白菜・小松菜)		麦	キャベツのピーナッツ和え		麦落	蒸し鶏と小松菜のごま和え		麦
	★味噌汁		麦	★味噌汁		麦	★味噌汁		麦	★味噌汁		麦	★味噌汁		麦
	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット
	エネルギー	183kcal	342kcal	エネルギー	135kcal	294kcal	エネルギー	89kcal	248kcal	エネルギー	159kcal	318kcal	エネルギー	210kcal	369kcal
	蛋白質	8.5g	12.2g	蛋白質	7.5g	11.2g	蛋白質	5.3g	9.0g	蛋白質	6.9g	10.6g	蛋白質	11.1g	14.8g
	脂 質	7.5g	8.2g	脂 質	7.0g	7.7g	脂 質	4.4g	5.1g	脂 質	9.2g	9.9g	脂 質	7.2g	7.9g
	炭水化物	20.5g	53.5g	炭水化物	12.1g	45.1g	炭水化物	9.2g	42.2g	炭水化物	10.7g	43.7g	炭水化物	25.4g	58.4g
	ナトリウム	674mg	1114mg	ナトリウム	752mg	1192mg	ナトリウム	667mg	1107mg	ナトリウム	569mg	1009mg	ナトリウム	668mg	1108mg
	食塩相当量	1.7g	2.8g	食塩相当量	1.9g	3.0g	食塩相当量	1.7g	2.8g	食塩相当量	1.4g	2.6g	食塩相当量	1.7g	2.8g
昼食	★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g		
	えびカツ		麦え	豚肉のおろし煮		麦	アジのみりん焼		麦	チキンピカタ		卵麦	鯖の生姜煮		麦
	アスパラ			さつま芋の炒り煮		麦	ピーマンソテー		卵乳麦	オクラのペペロンチーノ			ふきのかつお煮		
	切干とインゲンの煮物		麦	キャベツとベーコンの和え物		卵乳麦	竹輪とインゲンの玉子とじ		卵麦	春雨のごま炒め		卵麦	肉じゃが煮		麦
	法蓮草と油揚の煮物		麦	★味噌汁		麦	マカロニサラダ		卵乳麦	菜の花と錦糸玉子のおひたし		卵麦	五目野菜の甘酢和え		麦
	★味噌汁		麦				★味噌汁		麦	★味噌汁		麦	★味噌汁		麦
	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット
	エネルギー	188kcal	347kcal	エネルギー	335kcal	494kcal	エネルギー	271kcal	430kcal	エネルギー	297kcal	456kcal	エネルギー	279kcal	438kcal
	蛋白質	10.1g	13.8g	蛋白質	11.2g	14.9g	蛋白質	15.8g	19.5g	蛋白質	12.5g	16.2g	蛋白質	13.4g	17.1g
	脂 質	8.7g	9.4g	脂 質	20.7g	21.4g	脂 質	12.8g	13.5g	脂 質	16.7g	17.4g	脂 質	15.9g	16.6g
	炭水化物	18.2g	51.2g	炭水化物	24.2g	57.2g	炭水化物	22.5g	55.5g	炭水化物	25.0g	58.0g	炭水化物	19.0g	52.0g
	ナトリウム	665mg	1105mg	ナトリウム	907mg	1347mg	ナトリウム	812mg	1252mg	ナトリウム	919mg	1359mg	ナトリウム	749mg	1189mg
	食塩相当量	1.7g	2.8g	食塩相当量	2.3g	3.4g	食塩相当量	2.1g	3.2g	食塩相当量	2.3g	3.5g	食塩相当量	1.9g	3.0g
夕食	★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g		
	花野菜と鶏肉のバジル炒め		乳麦	ブリの幽庵焼		麦	クリーム煮込みハンバーグ		乳麦	白身魚のガーリックオイル焼き		乳	大根とつくねの煮物		卵乳麦
	五目うの花		麦	キヌサヤ			スナップえんどう			ブロッコリー			きんぴら		麦
	南瓜のピーナツ和え		乳麦落	麩の野菜あんかけ		麦	ベーコンと野菜のソテー		卵乳麦	さつま芋と豚肉の揚煮		麦	和風スパゲッティ		乳麦
	★味噌汁		麦	菜の花のおひたし		麦	春菊の酢味噌和え			四色なます		麦	★味噌汁		麦
				★味噌汁		麦	★味噌汁		麦	★味噌汁		麦			
	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット
	エネルギー	276kcal	435kcal	エネルギー	223kcal	382kcal	エネルギー	278kcal	437kcal	エネルギー	208kcal	367kcal	エネルギー	206kcal	365kcal
	蛋白質	13.1g	16.8g	蛋白質	15.2g	18.9g	蛋白質	11.7g	15.4g	蛋白質	14.7g	18.4g	蛋白質	8.1g	11.8g
	脂 質	16.3g	17.0g	脂 質	9.2g	9.9g	脂 質	12.2g	12.9g	脂 質	7.7g	8.4g	脂 質	7.2g	7.9g
	炭水化物	20.3g	53.3g	炭水化物	16.6g	49.6g	炭水化物	29.3g	62.3g	炭水化物	20.1g	53.1g	炭水化物	27.6g	60.6g
	ナトリウム	799mg	1239mg	ナトリウム	807mg	1247mg	ナトリウム	940mg	1380mg	ナトリウム	899mg	1339mg	ナトリウム	967mg	1407mg
	食塩相当量	2.0g	3.2g	食塩相当量	2.1g	3.2g	食塩相当量	2.4g	3.5g	食塩相当量	2.3g	3.4g	食塩相当量	2.5g	3.6g
合計	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット
	エネルギー	647kcal	1124kcal	エネルギー	693kcal	1170kcal	エネルギー	638kcal	1115kcal	エネルギー	664kcal	1141kcal	エネルギー	695kcal	1172kcal
	蛋白質	31.7g	42.8g	蛋白質	33.9g	45.0g	蛋白質	32.8g	43.9g	蛋白質	34.1g	45.2g	蛋白質	32.6g	43.7g
	脂 質	32.5g	34.6g	脂 質	36.9g	39.0g	脂 質	29.4g	31.5g	脂 質	33.6g	35.7g	脂 質	30.3g	32.4g
	炭水化物	59.0g	158.0g	炭水化物	52.9g	151.9g	炭水化物	61.0g	160.0g	炭水化物	55.8g	154.8g	炭水化物	72.0g	171.0g
	ナトリウム	2138mg	3458mg	ナトリウム	2466mg	3786mg	ナトリウム	2419mg	3739mg	ナトリウム	2387mg	3707mg	ナトリウム	2384mg	3704mg
	食塩相当量	5.4g	8.8g	食塩相当量	6.3g	9.6g	食塩相当量	6.2g	9.5g	食塩相当量	6.0g	9.5g	食塩相当量	6.1g	9.4g

★はフルセットのメニューです。おかずセットには付きません。
天候や仕入れの都合により、予告無しで献立を一部変更する場合があります。

お食事の作り方

①惣菜は全てチルドで
真空包装されています。
②ご利用までは冷蔵庫にて
保管します。

③温かく召上がるメニュー
は湯煎で温めます。又は
お皿に移してから、ラップ
をして電子レンジを
かけます

④冷たく召上がる
メニューはそのまま
開封して盛付けます。

このマーク
が目印

⑤ごはん、味噌汁と共に
器に盛り付けして
完了です。
注）味噌汁はつきません

ワンポイントアドバイス

●湯煎は水の状態から惣菜のパックを入れて
火をかけます。沸騰したら火を止めて
５～１０分程度保温して下さい。

●簡単な付け合わせを付けますと、よりきれいに
盛付ける事が出来ます。

週間献立表（ムース食）

	2月15日(月)			2月16日(火)			2月17日(水)			2月18日(木)			2月19日(金)		
	品名		アレルゲン	品名		アレルゲン	品名		アレルゲン	品名		アレルゲン	品名		アレルゲン
朝食	★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g		
	きのこの玉子とじ		卵乳麦	豚すき		乳麦	鶏大根の味噌煮		乳麦	温泉玉子		卵麦	五目豆腐煮		乳麦
	法蓮草とハムのマリーネ		卵乳麦	切干大根煮		乳麦	薩摩芋と切昆布の煮物		乳麦	竹輪の五色きんぴら		乳麦	野菜の三杯酢		麦
	★味噌汁		麦	★味噌汁		麦	★味噌汁		麦	★味噌汁		麦	★味噌汁		麦
	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット
	エネルギー	97kcal	271kcal	エネルギー	93kcal	267kcal	エネルギー	88kcal	262kcal	エネルギー	141kcal	315kcal	エネルギー	99kcal	273kcal
	蛋白質	4.7g	8.5g	蛋白質	3.3g	7.1g	蛋白質	3.6g	7.4g	蛋白質	6.0g	9.8g	蛋白質	2.1g	5.9g
	脂 質	4.1g	4.8g	脂 質	3.4g	4.1g	脂 質	2.6g	3.3g	脂 質	7.0g	7.7g	脂 質	4.3g	5.0g
	炭水化物	11.1g	49.5g	炭水化物	12.4g	50.8g	炭水化物	13.5g	51.9g	炭水化物	11.6g	50.0g	炭水化物	13.7g	52.1g
	ナトリウム	625mg	1148mg	ナトリウム	568mg	1091mg	ナトリウム	615mg	1138mg	ナトリウム	669mg	1192mg	ナトリウム	571mg	1094mg
	食塩相当量	1.6g	2.9g	食塩相当量	1.4g	2.8g	食塩相当量	1.6g	2.9g	食塩相当量	1.7g	3.0g	食塩相当量	1.5g	2.8g
昼食	★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g		
	豚肉の生姜焼		乳麦	白身の竜田揚げ		乳麦	クリームコロッケ		卵乳麦か	白身のおろし煮		乳麦	鶏肉のイタリアンソース煮		乳麦
	切干大根とベーコンの煮物		卵乳麦	肉団子のソース炒め		卵乳麦	枝豆とかにかまの煮物		卵麦か	ひじきと大豆の煮物		乳麦	大根と椎茸の煮物		麦
	若芽の酢味噌和え		乳麦	法蓮草と油揚げの煮物		麦	ベーコンのごま酢和え		卵乳麦	青菜のわさび和え		卵乳麦	青菜のおひたし		乳麦
	★味噌汁		麦	★味噌汁		麦	★味噌汁		麦	★味噌汁		麦	★味噌汁		麦
	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット
	エネルギー	160kcal	334kcal	エネルギー	212kcal	386kcal	エネルギー	186kcal	360kcal	エネルギー	189kcal	363kcal	エネルギー	153kcal	327kcal
	蛋白質	6.1g	9.9g	蛋白質	10.6g	14.4g	蛋白質	5.5g	9.3g	蛋白質	8.4g	12.2g	蛋白質	6.9g	10.7g
	脂 質	7.0g	7.7g	脂 質	9.9g	10.6g	脂 質	10.1g	10.8g	脂 質	9.8g	10.5g	脂 質	7.1g	7.8g
	炭水化物	19.2g	57.6g	炭水化物	20.4g	58.8g	炭水化物	18.5g	56.9g	炭水化物	17.4g	55.8g	炭水化物	16.3g	54.7g
	ナトリウム	726mg	1249mg	ナトリウム	927mg	1450mg	ナトリウム	837mg	1360mg	ナトリウム	869mg	1392mg	ナトリウム	700mg	1223mg
	食塩相当量	1.8g	3.2g	食塩相当量	2.4g	3.7g	食塩相当量	2.1g	3.5g	食塩相当量	2.2g	3.5g	食塩相当量	1.8g	3.1g
夕食	★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g		
	赤魚の味噌煮		乳麦	鶏肉のカレー風味焼き		乳麦	赤魚の生姜煮		乳麦	鶏の照焼		乳麦	和風煮込みハンバーグ		乳麦
	赤玉南瓜の煮物		麦	ひじきと高野豆腐の煮物		乳麦	鶏つくねとフキの煮物		卵乳麦	切昆布と竹の子の煮物		乳麦	鶏肉のすき焼き煮		麦
	ブロッコリーの煮物		乳麦	菜の花のおひたし		乳麦	南瓜とハムのサラダ		卵乳麦	野菜の味噌風味		乳麦	金時豆の煮物		乳麦
	★味噌汁		麦	★味噌汁		麦	★味噌汁		麦	★味噌汁		麦	★味噌汁		麦
	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット
	エネルギー	196kcal	370kcal	エネルギー	161kcal	335kcal	エネルギー	180kcal	354kcal	エネルギー	168kcal	342kcal	エネルギー	176kcal	350kcal
	蛋白質	10.1g	13.9g	蛋白質	6.4g	10.2g	蛋白質	7.4g	11.2g	蛋白質	7.5g	11.3g	蛋白質	7.6g	11.4g
	脂 質	7.0g	7.7g	脂 質	7.5g	8.2g	脂 質	8.7g	9.4g	脂 質	7.1g	7.8g	脂 質	5.8g	6.5g
	炭水化物	23.1g	61.5g	炭水化物	17.0g	55.4g	炭水化物	16.6g	55.0g	炭水化物	19.2g	57.6g	炭水化物	21.9g	60.3g
	ナトリウム	758mg	1281mg	ナトリウム	867mg	1390mg	ナトリウム	794mg	1317mg	ナトリウム	867mg	1390mg	ナトリウム	598mg	1121mg
	食塩相当量	1.9g	3.3g	食塩相当量	2.2g	3.5g	食塩相当量	2.0g	3.3g	食塩相当量	2.2g	3.5g	食塩相当量	1.5g	2.9g
合計	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット
	エネルギー	453kcal	975kcal	エネルギー	466kcal	988kcal	エネルギー	454kcal	976kcal	エネルギー	498kcal	1020kcal	エネルギー	428kcal	950kcal
	蛋白質	20.9g	32.3g	蛋白質	20.3g	31.7g	蛋白質	16.5g	27.9g	蛋白質	21.9g	33.3g	蛋白質	16.6g	28.0g
	脂 質	18.1g	20.2g	脂 質	20.8g	22.9g	脂 質	21.4g	23.5g	脂 質	23.9g	26.0g	脂 質	17.2g	19.3g
	炭水化物	53.4g	168.6g	炭水化物	49.8g	165.0g	炭水化物	48.6g	163.8g	炭水化物	48.2g	163.4g	炭水化物	51.9g	167.1g
	ナトリウム	2109mg	3678mg	ナトリウム	2362mg	3931mg	ナトリウム	2246mg	3815mg	ナトリウム	2405mg	3974mg	ナトリウム	1869mg	3438mg
	食塩相当量	5.3g	9.4g	食塩相当量	6.0g	10.0g	食塩相当量	5.7g	9.7g	食塩相当量	6.1g	10.0g	食塩相当量	4.8g	8.8g

★はフルセットのメニューです。おかずセットには付きません。
天候や仕入れの都合により、予告無しで献立を一部変更する場合があります。

ムース食は消費者庁許可の特別用途食品（嚥下困難者用食品）ではありません。
嚥下食などの食事療法として利用される場合は事前に医師にご相談ください。

お食事の作り方

①ムースは冷蔵状態です。
②お受け取り後は冷蔵庫で保管ください

③ラベルに書いてある「○温め可」と「×温め不可」を確認

④温め方法は次の方法です
（あ）湯せん
（い）電子レンジ

（あ）湯せん
鍋に６０℃くらいのお湯を張り、ムースをカップのまま浮かべます。

次にフタをして１５分程温めます。追加で火はかけません。

（い）電子レンジ
お皿に移し、好みにカットしてから、深めのお皿に入れラップをし、電子レンジにかけて下さい

電子レンジの参考条件
600W 20～25秒
200W 40～50秒←オススメ

④カップを下に向けてスプーンで空気を入れるように剥がして、お皿やまな板に落とします。

お皿に盛付けて完成です

【電子レンジの御注意】
※電子レンジを掛け過ぎると破裂や溶解をする事があります
※各電子レンジメーカーによって条件が変わる場合があります