

週間献立表(カロリー1600kcal管理食)

	コープいしかわ			×	T3/\						ai 🗖 .		_/
	10月31日(月	月)	11月1日	3 (火)	11,5	月2日(水	()	11,5	月3日(オ	7)	11)	月4日(金	È)
	品名	アレルゲン	品名	アレルゲン	品名	ጀ	アレルゲン	品名	Ż	アレルゲン	品名	名	アレルゲン
* 0	★ごはん150g ロールキャベツのスープ煮 五色煮豆 切干と人参のハリハリ ★すまし汁(豆腐・えのき)	卵麦 麦	★ごはん150g 千草焼き 鶏肉ピーマン炒る ハムの和風サラク ★すまし汁(えのき・おつ	ダ 卵乳麦	★ごはん150 高野豆腐と法蓮 麩の玉子と えんどう豆の味 ★味噌汁(白菜	Og 草の含め煮 じ 噌マヨ和え	卵乳麦	★ごはん150 白菜とがん チキンアラ 法蓮草と切干(★味噌汁(揚げ	Og もの煮物 ビアータ のおひたし	麦	★ごはん15 白身魚のし 麩の野菜あ 鶏肉とオクラ ★味噌汁(おつゆま	0g んじょう んかけ の中華風	
朝食	おかず エネルギー 149kcal たんぱく質 8.8g 脂質 5.7g 炭水化物 16.0g ナトリウム 615mg 食塩相当量 1.6g	13.9g 6.5g 70.2g		kcal 470kcal 2g 14.4g 3g 14.0g 6g 68.5g 0mg 707mg		おかず 178kcal 8.6g 10.0g 13.5g 674mg	13. 7g 10. 8g 68. 4g 928mg	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	おかず 168kcal 9.2g 8.7g 13.4g 633mg 1.6g	15. 1g 10. 3g 68. 3g 859mg	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	9.3g 8.2g 11.6g 593mg	ご飯セット 427kcal 14.9g 9.1g 67.7g 820mg 2.1g
昼食	★ごはん150g 鶏肉の香草焼 うま塩キャベツ 里芋と玉ねぎのそぼろ煮 法蓮草のおひたし ★味噌汁(揚げ・なめこ)	麦	★ごはん150g 白身魚の生姜煮 アスパラ 春菊と豚肉の炒∂ 大根の甘酢漬け ★味噌汁(若芽・白	麦数物 麦落	★ごはん150 豚ヒレ肉の! かぶのスー 蒸し鶏と小松菜 ★味噌汁(若ま	0g 酢豚 プ煮 のごま和え 芽・豆腐)	乳麦 卵乳麦 麦	★ごはん150 あぶらかれ ピーマンソ ごぼう大豆 キャベッのピー ★味噌汁(巻麩	Og い味噌煮 テー ナッツ和え ・キャベツ)	卵乳麦 麦 麦落 麦	★ごはん15 鶏肉のカレミックス 五色煮 ^{菜の花と錦糸玉・} ★すまし汁(え	Og 一風味焼 テー 子のおひたし 告芽・豆腐)	乳麦 麦 卵麦 麦
	おかず エネルギー 264kcal たんぱく質 18.9g 脂質 12.9g 炭水化物 14.5g ナトリウム 749mg 食塩相当量 1.9g ◎牛乳180g	24. 7g 14. 5g 69. 4g 1002mg	ボルギー 176k たんぱく質 16. 脂質 5. 炭水化物 15. ナトリウム 598 食塩相当量 1. ◎牛乳180g	Kcal 432kcal 5g 21.6g 3g 6.1g 4g 70.3g 5mg 842mg		おかず 222kcal 15. 2g 7. 6g 23. 4g 904mg 2. 3g	20.6g 8.6g 78.4g 1151mg		6. 4g 19. 8g 790mg 2. 0g	27.0g 7.3g 75.9g 1017mg	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量 ◎牛乳180g	18.9g 12.6g 15.7g 844mg 2.1g	ご飯セット 506kcal 24.0g 13.4g 70.1g 1012mg 2.6g
間食	◎キウイフルーツ15(★ごはん150g サワラのバジルオリーブ焼 スナップえんどう 竹輪のごま炒め	麦麦	● りんご150g★ごはん150g中華井の具鶏ミンチと小松菜のブロッコリーのき★味噌汁(巻麩・物)	煮物 麦	● イルロップ● グレープ★ごはん150ホッケの酒が人参のさんが豚肉と大根のコールスロー★すまし汁(椎茸	フル <u>ーツ2</u> Dg 粕焼 ぴ煮物 の煮物 ーサラダ	麦 麦 麦 卵乳麦	○キウイフ★ごはん15鶏のごまタアスパラ厚揚げとふインゲンとッナので、★すまし汁(株	ルーツ150 Og レ煮 との煮物 マスタード和ネ	麦 乳麦 卵乳麦	◎バナナ90★ごはん15ヘルシーハケチャップオニオンと挽ば切干大根の	g Og ンバーグ (小袋) テー Fの炒め物 中華和え	乳麦 乳麦
夕食	おかず エネルギー 210kcal たんぱく質 15.3g 脂質 9.6g 炭水化物 15.6g ナトリウム 757mg	20. 4g 10. 4g 70. 5g		3g 22. 6g 3g 11. 0g 1g 72. 9g	エネルギー たんぱく質 脂質	おかず 272kcal 16.5g 14.2g 15.1g 595mg	531kcal 21. 7g 15. 5g 69. 5g	エネルギー たんぱく質		499kcal 18. 1g 16. 9g 66. 1g		おかず 204kcal 15. 4g 8. 8g 16. 7g	
合計	食塩相当量 1.9g おかず	2.5g ご飯セット 1399kcal 59.0g 31.4g 210.1g 2751mg	食塩相当量 2. エネルギー 605h たんぱく質 42. 脂質 27. 炭水化物 46. ナトリウム 209 食塩相当量 5.	4g 3.0g かず ご飯セット (cal 1390kcal 0g 58.6g 9g 31.1g 1g 211.7g 5mg 2715mg 3g 6.9g	食塩相当量 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	1.5g おかず	1.9g ご飯セット 1447kcal 56.0g 34.9g 216.3g 2839mg	食塩相当量 エネルギー たんぱく質	1.9g おかず 633kcal 43.5g 31.2g 44.9g 2186mg	2.3g ご飯セット 1417kcal 60.2g 34.5g 210.3g 2787mg	<u>食塩相当量</u> エネルギー たんぱく質	1.5g おかず 619kcal 43.6g 29.6g 44.0g 2034mg	2.1g ご飯セット
計(間食込)		1600kcal 66. 4g 38. 4g 239. 0g 2828mg 7. 1g	エネルギー 812k たんぱく質 48. 脂質 35. 炭水化物 78. ナトリウム 216 食塩相当量 5.	kcal 1597kcal 1g 64.7g 0g 38.2g 0g 243.6g 9mg 2789mg	たんぱく質	48. 0g 38. 8g 79. 8g 2249mg 5. 7g	1644kcal 63.7g 41.9g 244.1g 2915mg 7.4g	エネルギー たんぱく質	834kcal 50.9g 38.2g 73.8g 2263mg 5.7g	1618kcal 67. 6g 41. 5g 239. 2g 2864mg 7. 3g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	817kca1 50.5g 36.6g 72.9g 2108mg 5.3g	1603kcal 67.2g 39.9g 238.5g 2732mg 7.0g

※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。

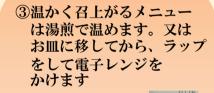
※「②」は間食になります。間食はメニューを参考にして各家庭で御用意ください。

※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。
- 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。





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。





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

- ●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)

		プいしがわ					יעדן נייון	<u></u>	X ()	<u> </u>		770	KCai		12
	10月	31日(月	<u></u>])	11,	月1日(少	<u>()</u>	11,	月2日(水	()	11,	月3日(木	<)	11,	月4日(金	<u>÷</u>)
	品名	<u> </u>	アレルゲン	品ź		アレルゲン	品ź	名	アレルゲン	品ź	<u> </u>	アレルゲン	品	<u>名</u>	アレルゲ
	★ごはん120	0g		★ごはん12	0g		★ごはん12			★ごはん12			★ごはん12	0g	
	ロールキャベツ	のスープ煮		千草焼き		卵	高野豆腐と法道			白菜とがん			白身魚のし		
	五色煮豆			鶏肉ピーマ			麩の玉子と			チキンアラ			麩の野菜あ	•	麦
	切干と人参の	ハリハリ	麦	ハムの和風	サフタ	卵乳麦	えんどう豆の呀	『噌マヨ和え	丱麦	法蓮草と切干	のおひたし	麦	鶏肉とオクラ	の中華風	麦
朝	ı	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
食	エネルギー			エネルギー	214kcal		エネルギー			エネルギー	168kcal		エネルギー	163kcal	356kca
	たんぱく質	8. 8g	12. 1g	たんぱく質	9. 2g	12. 5g	たんぱく質	8. 6g	11.9g	たんぱく質 脂質	9. 2g	12. 5g	たんぱく質	9.3g	12. 6
	脂質	5. 7g		脂質	13.3g	13. 8g	脂質	10.0g	10.5g	脂質	8. 7g	9. 2g	脂質	8. 2g	8. 7g
	炭水化物	16. 0g		炭水化物	13. 6g		炭水化物	13.5g		炭水化物	13. 4g		炭水化物	11.6g	53.58
	ナトリウム 食塩相当量	615mg		ナトリウム 食塩相当量	560mg		ナトリウム 食塩相当量	674mg		ナトリウム 食塩相当量	633mg 1.6g		ナトリウム 食塩相当量		594m; 1.5g
	<u> 艮塩怕ヨ里</u> ★ごはん120		1.0g	<u>艮塩和ヨ里</u> ★ごはん12		1.4g	<u> 艮塩和ヨ里</u> ★ごはん12		1.7g	<u> 艮塩和ヨ里</u> ★ごはん12		1.0g	<u>艮塩和ヨ里</u> ★ごはん12		1. Jg
	鶏肉の香草		乳麦	白身魚の生		 麦	豚ヒレ肉の		乳麦	あぶらかれ			鶏肉のカレ		麦
	うま塩キャ		麦か	アスパラ			かぶのスー			ピーマンソ		卵乳麦	ミックスソ		乳麦
	里芋と玉ねぎ		乳麦	春菊と豚肉		麦落	蒸し鶏と小松芽	ぎのごま和え	麦	ごぼう大豆		麦	五色煮		麦
	法蓮草のお	ひたし	麦	大根の甘酢	漬け					キャベツのピー	ナッツ和え	麦落	菜の花と錦糸玉	子のおひたし	卵麦
昼															
食	l l	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
	エネルギー	264kcal		エネルギー			エネルギー		415kcal	エネルギー	220kcal		エネルギー	252kcal	445kca
	たんぱく質	18.9g		たんぱく質			たんぱく質	15. 2g	18. 5g	たんぱく質		24. 6g	たんぱく質		22. 2
	脂質	12. 9g		脂質	5.3g		脂質	7. 6g		脂質	6. 4g		脂質	12. 6g	13. 18
	炭水化物	14. 5g		炭水化物	15. 4g		炭水化物	23. 4g		炭水化物	19.8g		炭水化物	15. 7g	57. 68
	ナトリウム 食塩相当量	749mg		ナトリウム 食塩相当量	595mg 1.5g		ナトリウム 食塩相当量	904mg 2.3g		ナトリウム 食塩相当量	790mg 2.0g		ナトリウム 食塩相当量		845mg 2.1g
	②牛乳180g			<u>Q塩旧当里</u> ⊚牛乳180g		1.08	<u>Q塩旧当星</u> ◎牛乳180g			皮塩旧当里 ◎牛乳180g		Z. 0g	© 牛乳180g		2. 18
	◎キウイフ)g	⊚りんご15			◎グレープ			◎キウイフ)g	◎バナナ90		
	★ごはん120			★ごはん12			★ごはん12			★ごはん12			★ごはん12	-	
	^{サワラのバジル} スナップえ			中華丼の具 鶏ミンチと小			ホッケの酒 人参のきん			鶏のごまタ アスパラ	レ煮	麦	ヘルシーハ ケチャップ		乳麦
	竹輪のごま		麦	ブロッコリ			豚肉と大根			/ ヘハフ 厚揚げとふ	きの者物	到妻	オニオンソ		乳麦
	数と若芽の		麦		~ W 183		コールスロ			インゲンとツナの			コーンと挽肉		
			<u> </u>				•		,,,,,,			71 702	切干大根の		
Ą															
タ 食	ı	ナンシーチ	ご飯セット		ナンシーギ	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
	エネルギー	おかず 210kcal			おかず 215kcal										
	エイルイ たんぱく質	15. 3g		エベルマ たんぱく質	16. 3g		エイルイ たんぱく質	16. 5g	l	エホルモ たんぱく質		4	エイルエ たんぱく質		18. 7
	脂質	9. 6g	10.1g	脂質	9. 3g	9.8g	脂質	14. 2g	14. 7g	脂質	16.1g	16.6g	脂質	8. 8g	9. 3g
	炭水化物	15.6g	57. 5g	炭水化物	17. 1g	59. 0g	炭水化物	15. 1g	57. 0g	炭水化物	11.7g	53. 6g	炭水化物	16.7g	58. 6g
	ナトリウム	757mg		ナトリウム	940mg		ナトリウム	595mg		ナトリウム	763mg		ナトリウム	597mg	598mg
	食塩相当量	1.9g おかず	1.9g ご飯セット	<u> 食塩相当量</u> 	2.4g		食塩相当量	1.5g	1.5g ご飯セット	食塩相当量		1.9g ご飯セット	食塩相当量		1.5g
	エネルギー			エネルギー	おかず 605kcal	ご飯セット	エネルギー	おかず 672kcal		エネルギー	おかず 633kcal		エネルギー	おかず 619kcal	ご飯セ 1198kc
	エベルマ たんぱく質	43. 0g		たんぱく質	42. 0g		エポルマ たんぱく質	40. 3g		エポルヤ たんぱく質	43. 5g		エイルイ たんぱく質	43. 6g	53. 58
	脂質	28. 2g		脂質	27. 9g		脂質	31. 8g	33. 3g	脂質	31. 2g	32. 7g	脂質	29. 6g	31. 18
計	炭水化物	46.1g	171.8g	炭水化物	46.1g	171.8g	炭水化物	52. 0g	177. 7g	炭水化物	44.9g	170.6g	炭水化物	44. 0g	169. 7
	ナトリウム	2121mg		ナトリウム	2095mg		ナトリウム	2173mg		ナトリウム	2186mg		ナトリウム		2037m
	食塩相当量	5. 4g		食塩相当量	5. 3g		食塩相当量	5. 5g		食塩相当量	5. 5g		食塩相当量	5. 1g	5. 1g
	エネルギー たんぱく質	824kca1 50. 4g		エネルギー たんぱく質	812kcal 48.1g		エネルギー たんぱく質	869kcal 48. 0g		エネルギー たんぱく質	834kcal 50.9g		エネルギー たんぱく質	817kcal 50.5g	1396kc 60. 4g
	脂質	35. 2g		脂質	35. 0g	36. 5g		38. 8g	40. 3g		38. 2g	39. 7g		36. 6g	38. 1g
							炭水化物	79. 8g		炭水化物	73. 8g		炭水化物	72. 9g	198. 6
1.1	炭水化物	75. 0g	200. /g	灰水化物	/8. Ug	ZU3. /g	火小儿物	19.0g	ZUO. OR	火小儿物	/J. 0g	100.05	DC /1 16 191	12.05	
食	<u>炭水化物</u> ナトリウム	75.0g 2198mg		炭水化物 ナトリウム	78.0g 2169mg		灰水化物 ナトリウム	2249mg	2252mg	ナトリウム	2263mg		ナトリウム	2108mg	
込		2198mg 5.6g	2201mg 5.6g	ナトリウム 食塩相当量	2169mg	2172mg			2252mg 5.7g		2263mg 5.7g	2266mg 5.7g	ナトリウム 食塩相当量	2108mg 5.3g	2111mg 5.3g

※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。





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

- ●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)

	コープいしかわ						, I HJ IT	y\ ——	24 11	e 1 0	10, 1	705		
	10月31日(<u>月)</u> 月)	11,5	11日(火	()	11,	月2日(水	()	11,	月3日(オ	₹)	11)	月4日(金	<u>``</u>)
	品名	アレルゲン	品名	3	アレルゲン	品;	名	アレルゲン	品	名	アレルゲン	品名	各	アレルゲン
	★ごはん150g 野菜入りトマトビーンス ひき肉と豆腐のうま煮 インゲンのごま和え	麦落か	★ごはん150 白身魚のしん 野菜たっぷり 春雨のサラ	んじょう マーボ炒め		★ごはん15 スクランブ ナスの炒り スープキャ	ルエッグ 煮	卵乳 麦 乳麦	★ごはん15 肉団子の中 きんぴら 明太春雨サ	華炒め	^{卵乳麦落か} 麦 卵麦	★ごはん150g か 鶏肉カレークリーム素 小倉金時 中華サラダ		乳麦乳麦
朝食	おかず エネルギー 247kcal たんぱく質 9.8g 脂質 14.4g 炭水化物 20.5g ナトリウム 571mg	13. 9g 15. 0g 73. 3g 572mg	<u>たんぱく質</u> 脂質 炭水化物 ナトリウム	4.1g 21.3g 27.3g 578mg	8. 2g 21. 9g 80. 1g 579mg	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム	4. 1g 20. 5g 13. 2g 342mg	8. 2g 21. 1g 66. 0g 343mg	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム	23.9g 699mg	9.6g 14.1g 76.7g 700mg	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム	16.7g 37.3g 480mg	ご飯セット 570kcal 10.1g 17.3g 90.1g 481mg
	カリウム 608mg リン 180mg 食塩相当量 1.5g ★ごはん150g	245mg	カリウム リン 食塩相当量 ★ごはん150		137mg	カリウム リン 食塩相当量 ★ごはん15	248mg 61mg 0.9g	126mg	カリウム リン 食塩相当量 ★ごはん15	306mg 94mg 1.8g	367mg 159mg	カリウム リン 食塩相当量 ★ごはん15	411mg 86mg 1.2g	472mg 151mg 1.2g
	(ほうれん草のクリームオムレッ 中華うま煮炒め パスタのサラダ		鶏のカレー! 人参のレモ! 白菜と豚肉の野菜炒め	照煮込み ン煮 煮びたし	乳麦	ロールキャベッ 豚バラチン えびポテト	_{のクリーム煮} ジャオ	麦か	えびカツ バジルスパ きのことじゃが芋 れんこんサ	。 ▲ ≐のアヒージョ	麦え 乳麦 卵麦	カレイのお	ろし和え ペロンチーノ	麦 麦 卵乳麦
昼食	おかず エネルギー 388kcal たんぱく質 10.1g 脂質 24.5g 炭水化物 31.2g ナトリウム 886mg カリウム 263mg	14. 2g 25. 1g 84. 0g 887mg 324mg	たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム カリウム	11.4g 16.5g 27.3g 725mg 403mg	15.5g 17.1g 80.1g 726mg 464mg	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム カリウム	8.3g 23.2g 22.6g 774mg 532mg	12. 4g 23. 8g 75. 4g 775mg 593mg	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム カリウム	8.5g 26.7g 28.1g 608mg 430mg	630kcal 12.6g 27.3g 80.9g 609mg 491mg	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム カリウム	21.9g 11.3g	ご飯セット 539kcal 17.6g 22.5g 64.1g 535mg 559mg
間食	リン 150mg 食塩相当量 2.3g ◎パイナッブル(缶) ★ごはん150g	215mg 2.3g 75g	リン 食塩相当量 ◎黄桃(缶) ★ごはん15(1.8g	リン 食塩相当量	[) 75g	2. 0g	リン 食塩相当量 ◎パイナッ ★ごはん15	ブル(缶)	212mg 1.5g 75g	リン 食塩相当量 ◎黄桃(缶) ★ごはん15	75g	245mg 1.4g
		1						l					Ug	
	豚バラと白菜の味噌煮込み 春雨と鶏肉の炒め煮 ゴボウのピリ辛サラダ	麦	和風おろしハ アスパラ 牛肉のきんで ポテトビーン	ンバーグ ぴら	麦	和風唐揚げうまなイートパ青菜のわさ	ベツ ンプ	麦か	鯖のごま醤 人参グラッ 里芋のおろし	油焼 セ し揚げ出し		肉丼の具 切干大根煮 マカロニマリ		麦 麦 卵乳麦
夕食	春雨と鶏肉の炒め煮 ゴボウのピリ辛サラダ おかず エネルギー 377kcal たんぱく質 11.4g 脂質 25.0g 炭水化物 25.1g ナトリウム 825mg カリウム 456mg	表 卵乳麦 ご飯セット 620kcal 15.5g 25.6g 77.9g 826mg 517mg	和風おろしハアスのきんでは、ポートに対して、アン・アン・アン・アン・アン・アン・アン・アン・アン・アン・アン・アン・アン・ア	ンバーグ ぴら ズサラダ おかず 328kcal 12.4g 19.4g 22.0g 	表 卵麦 ご飯セット 571kcal 16.5g 20.0g 74.8g 683mg 609mg	和国は一大の大学を表示である。 本のでは、大学のでは、ないが、大学のでは、大学のでは、大学のでは、大学のでは、大学のでは、大学のでは、大学のでは、大学のでは、大学のでは、大学のでは、ないが、大学のでは、ないが、ないが、ないが、ないが、ないが、ないが、ないが、ないが、ないが、ないが	ベツ ンプ び和え 392kcal 12.0g 20.1g 42.1g 597mg 631mg	表か 卵麦 ご飯セット 635kcal 16.1g 20.7g 94.9g 598mg 692mg	鯖のごまって のごまのがあった。 エネルばく エネルばく でである。 エネルばく でである。 エネルばく でである。 でである。 エネルばく でである。 でである。 でである。 でである。 でである。 でである。 でである。 でである。 でいたが、というな。 でいたが、 でいなが、 でいたが、 でいたが、 でいたが、 でいたが、 でいなが、 でいたが、 でいなが、 でいたが、 でいたが、 でいたが、 でいたが、 でいなが、 でいたが、 でいたが、 でいたが、 でいたが、 でいなが、 でいたが、 でいなが、 でいたが、 でいなが、	油焼 セ 場げ出し マスタード和え おかず 357kcal 12.3g 22.8g 23.6g 753mg	乳麦 麦 卵乳麦 ご飯セット 600kcal 16.4g 23.4g 76.4g 754mg 636mg	肉井の サカカロニネルば エネん質 ルぱく ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	ーネサラダ おかず 358kcal 111.0g 23.1g 25.3g 906mg 408mg	表 卵乳麦 ご飯セット 601kcal - 15 1g - 23 7g - 78 1g - 907mg - 469mg
	春雨と鶏肉の炒め煮 ゴボウのピリ辛サラダ おかず エネルギー 377kcal たんぱく質 11.4g 脂質 25.0g 炭水化物 25.1g ナトリウム 825mg カリウム 456mg リン 165mg 食塩相当量 2.1g おかず エネルギー 1012kca	表 卵乳麦 ご飯セット 620kcal 15.5g 25.6g 77.9g 826mg 517mg 230mg 2.1g ご飯セット	和風おのラートのアートを表示している。 エスタート・エートを関係を表示している。 エカルでは、大力リンは相当とは、カーリンは相当とは、カーリンは相当とは、カーリンは相当とは、カーリンは相当とは、カーリンは相当とは、カーリンは相当とは、カーリンは相当とは、カーリンは相当とは、カーリンは、カーは、カーは、カーは、カーは、カーは、カーは、カーは、カーは、カーは、カー	ンバーグ ぴら ズサラダ 328kcal 12.4g 19.4g 22.0g 682mg 179mg 1.7g おかず 959kcal	表 卵麦 ご飯セット 571kcal 16.5g 20.0g 74.8g 683mg 609mg 244mg 1.7g こ飯セット 1688kcal	和うス青 エた脂炭ナカリ食 エネル質 化リウ 当 ポーン コーダー エネル ガーン コーダー エネル ガーム コーデー・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	ベツ ンプ び和え 392kcal 12.0g 20.1g 42.1g -597mg 631mg 171mg 1.5g おかず 977kcal	表か 卵麦 ご飯セット 635kcal 16.1g 20.7g 94.9g 598mg 692mg 236mg 1.5g こ飯セット 1706kcal	鯖のごまっています。 大学のがあっています。 エネルば、化サウム が大・リウム 大・リウム 大・リウム 大・リウム 大・リウム 大・リウム エネルギー	油焼 セ - 場げ出しマスタード和え おかず 357kcal - 12.3g - 22.8g - 753mg - 753mg - 182mg - 1.9g - おかず 983kcal	乳麦 麦 卵乳麦 ご飯セット 600kcal 16.4g 23.4g 75.4mg 636mg 247mg 1.9g ご飯セット 1712kcal	 肉井の具 切干ローニマカーニストの質 ルボく 炭水トリウムリウ塩 エネルギー エネルボー 	ーネサラダ おかず 358kcal 11.0g 23.1g 25.3g 906mg 408mg 148mg 2.3g おかず 981kcal	表 卵乳麦 ご飯セット 601kcal 15.1g 23.7g 907mg 469mg 213mg 2.3g こ飯セット
食 合	春雨と鶏肉の炒め煮ゴボウのピリ辛サラダ おかずエネルギー 377kcalたんぱく質 11.4g脂質 25.0g炭水化物 25.1gナトリウム 825mgカリウム 456mgリン 1012kcaたんぱく質 31.3g脂質 63.9g炭水化物 76.8gナトリウム 2282mgカリウム 1327mgカリウム 1327mgリン 495mg	表 卵乳表 ご飯セット 620kcal 15.5g 25.6g 77.9g 826mg 517mg 230mg 21g ご飯セット 174kcal 43.6g 65.7g 235.2g 2285mg 1510mg 690mg	和アキポースをいった。カラをラールでは、カラをデールでは、カラをデールでは、カーリン塩が、カーリン塩が、カーリン塩が、カーリン塩が、カーリン塩が、カーリン・カーリン・カーリン・カーリン・カーリン・カーリン・カーリン・カーリン・	ンバーグ ぴら ズサラダ 328kcal 12.4g 19.4g 22.0g 682mg 548mg 179mg 1.7g 85かず 959kcal 27.9g 57.2g 76.6g 1985mg 1296mg 370mg	表 卵麦 ご飯セット 571kcal 16.5g 20.0g 74.8g 683mg 609mg 244mg 1.7g 二飯セット 1688kcal 40.2g 59.0g 235.0g 1988mg 1479mg 565mg	和うス青 エた脂炭ナカリ食 エた脂炭ナカリ 塩 ネん質水トリン塩 ネん質水トリン塩 オん質水リウ 相 ルぱ 化リウム 当 ギく 物ウム 当 一質 カム	ベツ ンプ び和え おかず 392kcal 12.0g 20.1g 42.1g 597mg 631mg 171mg 1.5g まかず 977kcal 24.4g 63.8g 77.9g 1713mg 1411mg 364mg	表か 卵麦 ご飯セット 635kcal 16.1g 20.7g 94.9g 598mg 692mg 236mg 1.5g ご飯セット 1706kcal 36.7g 65.6g 236.3g 1716mg 1594mg 559mg	鯖のグラストリウン エルパ では、	油焼 セ 場げ出しマスタード和え おかず 357kcal 12.3g 22.8g 23.6g 753mg 182mg 1.9g 1.9g 1.9g 983kcal 26.3g 63.0g 75.6g 2060mg 1311mg 423mg	乳麦 麦 卵乳麦 ご飯セット 600kcal 16.4g 23.4g 76.4g 754mg 636mg 247mg 1.9g ご飯セット 1712kcal 38.6g 64.8g 234.0g 2063mg 1494mg 618mg	肉井のオース エルボー を は で は で で で で で で で で で で で で で で で で	ポカず 358kcal 11. 0g 23. 1g 25. 3g 906mg 408mg 148mg 148mg 30. 5g 61. 7g 73. 9g 1920mg 1317mg 414mg	表 卵乳表 ご飯セット 601kcal 15.1g 23.7g 78.1g 907mg 469mg 213mg 2.3g ご飯セット 1710kcal 42.8g 63.5g 232.3g 1923mg 1500mg 609mg
食 合	春雨と鶏肉の炒め煮ゴボウのピリ辛サラダ おかず エネルギー 377kcal たんぱく質 11.4g 脂質 25.0g 炭水化物 25.1g ナトリウム 825mg カリウム 456mg 165mg 食塩相当量 2.1g エネルギー 1012kca たんぱく質 31.3g 脂質 63.9g 炭水化物 76.8g ナトリウム 2282mg カリウム 1327mg	表 卵乳麦 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一	和アキポースを持ちます。 和風ス肉ト・ルポースを受ける。 エたた質水・リウム・ルポインを増加が、カリン塩のでは、カリンは、カリンは、カリンは、カリンは、カリンは、カリンは、カリンは、カリン	ンバーグ い ら ボサラダ おかず 328kcal 12.4g 19.4g 22.0g 682mg 548mg 179mg 1.7g おかず 959kcal 27.9g 57.2g 76.6g 1985mg 1296mg 370mg 5.0g	表 野麦 ご飯セット 571kcal 16.5g 20.0g 74.8g 683mg 609mg 244mg 1.7g ご飯セット 1688kcal 40.2g 59.0g 1988mg 1479mg 565mg 555mg 1752kcal 40.6g 59.1g 250.5g	和うス青 エた脂炭ナカリ食 エた脂炭ナカリ食工 たん質水トリン塩 ネん質水トリン塩 ネん質水トリン塩 ネん質水トリン塩 ボッウム 当ギく 物ウム 当ギく カリム 当ギく	ベツ ンプ び和え 392kcal 12.0g 20.1g 42.1g 597mg 631mg 171mg 1.5g 5977kcal 24.4g 63.8g 77.9g 1713mg 1411mg 364mg 4.4g	表か 卵麦 ご飯セット 635kcal 16.1g 20.7g 94.9g 598mg 692mg 236mg 1.5g ご飯セット 1706kcal 36.7g 65.6g 236.3g 1716mg 1594mg 559mg 4.4g 1754kcal 37.1g 65.7g 247.8g		油焼 セ 場げ出しマスタード和え 357kcal 12.3g 22.8g 23.6g 753mg 182mg 1.9g 983kcal 26.3g 63.0g 75.6g 2060mg 1311mg 423mg 5.2g	乳麦 麦 卵乳麦 の 16.4g 23.4g 75.4mg 63.6mg 24.7mg 1.9g 24.7mg 1.9g 2.1712kcal 38.6g 64.8g 234.0g 206.3mg 14.94mg 61.8mg 5.2g 177.5kcal 38.9g 64.9g 249.2g	肉切マ エた脂炭ナカリ食 エた脂炭 ボリー質 ボーン 増加 ルば ボーリウ 相 ルば 化リウ 増加 ルば ボーリウ 増加 ルば ボーリウ 増加 ボイン カリ 金 エ たん質 水 ウム 当 ギ く 物 ウム 当 ギ く で カー質 エ たんぽん リウム 当 ギ く で かんぱん しゅう と しゅん と しゅう と しゅう と しゅん	おかず 358kcal 11.0g 23.1g 25.3g 906mg 408mg 148mg 2.3g 5.3r 981kcal 30.5g 61.7g 73.9g 1920mg 1317mg 414mg 4.9g	表 卵乳表 ご飯セット 601kcal 15.1g 23.7g 78.1g 907mg 469mg 213mg 2.3g こ飯セット 1710kcal 42.8g 63.5g 232.3g 1923mg 1500mg 609mg 4.9g

※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。

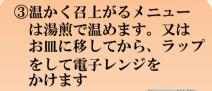
※「◎」は間食になります。間食はメニューを参考にして各家庭で御用意ください。

※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。





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。





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

- ●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)

	コーゴ いしかわ 10月31日(月)			111		.\	4.4		4)	441	□ 1 	-1	11		
			1		<u>月1日(火</u>	· ·		月 <u>2日(オ</u>	.		<u>月3日(オ</u>			<mark>月4日(金</mark>	
	品名		アレルゲン	品名		アレルゲン			アレルゲン			アレルゲン			アレルケ
	★ごはん180 豆腐のツナ		 麦	★ごはん18 鶏肉とジャカ		 麦	★ごはん18 目玉焼き	oug	卵	★ごはん18 肉団子の玉	ug ねぎあん	M乳麦	★ごはん18 白身魚のし	oug んじょう	卵麦
	野菜のバジル	チーズ焼き	乳	キャベツとウイン	ナーのソテー	乳麦	洋風肉じゃ		乳麦	法蓮草ソテ	_	乳麦	鶏ミンチと小	松菜の煮物	乳麦
	キャロット	エッグ	卵乳麦	切干と人参の	ハリハリ	麦	キャベツと鶏肉の)甘酢生姜和え	麦	れんこんサ	ラダ	卵麦	えんどう豆の「	未噌マヨ和え	卵麦
朝		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t
A	エネルギー			エネルギー	198kcal	488kcal	エネルギー	189kcal	479kcal	エネルギー	235kcal	525kcal	エネルギー	225kcal	515kca
	<u>たんぱく質</u> 脂質	6.8g 13.5g	11. 7g 14. 2g	<u>たんぱく質</u> 脂質	7.7g 10.6g		たんぱく質 脂質	11. 2g 8. 4g	9. 1g	<u>たんぱく質</u> 脂質	9. 1g 13. 7g	14. Ug 11. 1σ	たんぱく質	9.6g 13.4g	14. 5 <u>8</u> 14. 1 <u>8</u>
	炭水化物	22. 5g	85. 4g	炭水化物	18. 3g	81. 2g	炭水化物	16. 4g	79.3g	炭水化物	19. 6g	82. 5g	脂質 炭水化物	17. 1g	80.0
	ナトリウム	308mg	309mg	ナトリウム	550mg	551mg	ナトリウム	526mg	527mg	ナトリウム	778mg	779mg	ナトリウム カリウム	703mg	704m
	カリウム リン	429mg 93mg	501mg 170mg	カリウム リン	477mg 102mg	549mg 179mg	カリウム リン	443mg 147mg		カリウム リン	521mg 152mg	229mg	<u> カリワム </u> リン	349mg 132mg	421mg 209mg
	食塩相当量			食塩相当量			食塩相当量			食塩相当量			食塩相当量		1. 88
	★ごはん180			★ごはん18			★ごはん18		_	★ごはん18	0g		★ごはん18		l_
	_{鶏肉と野菜のあっ} 麩とえのきの			豚たまキャ 鶏肉と小松		卵乳麦 麦	鶏肉のマーマ スナップえ	フレード煮 んどう	麦 	白身魚のム白菜と豚肉の		卵麦 麦	鶏のいそべ 人参グラッ		麦 乳麦
	オクラとそぼろのピー	ーナツ味噌和え	夂 乳麦落	人参と春雨			揚ナスの煮		麦	マリーネサ			春雨の五目		乳炎 卵乳麦
							法蓮草のご		乳麦				野菜のピー		
	ı	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
<u>屋</u> 食	エネルギー	236kcal		エネルギー	300kcal	590kcal	エネルギー	264kcal	554kcal	エネルギー	300kcal	590kcal	エネルギー	297kcal	587kca
艮	たんぱく質	16.3g		たんぱく質	19.9g	24. 8g	たんぱく質	14.8g	19.7g	たんぱく質	13. 6g	18.5g	たんぱく質		21.98
	脂質 炭水化物	12.3g 15.9g	13. 0g 78. 8g	脂質 炭水化物	15. 9g 18. 9g	16.6g 81.8g	脂質 炭水化物	16.0g 16.3g	16.7g 79.2g	脂質 炭水化物	19. 2g 15. 4g	19.9g 78.3g	脂質 炭水化物	15. 0g 22. 7g	15. 7 <u>1</u> 85. 6
	ナトリウム	745mg	746mg	ナトリウム	757mg	758mg	ナトリウム	615mg	616mg	大トリウム カリウム	435mg	436mg	ナトリウム カリウム	792mg	793mg
	カリウム	620mg	692mg	カリウム	567mg		カリウム	416mg	488mg	カリウム	464mg	536mg	カリウム	527mg	599mg
	リン 食塩相当量	239mg 1.9g		リン 食塩相当量	234mg 1.9g	311mg 1.9g	リン 食塩相当量	148mg	225mg	リン 食塩相当量	146mg		リン	91mg	168mg
	オーニーサー							I I ng	I I ng		1 19	1 19	1食品和白苗	1 / 119	/ 119
	◎パイナッ	ブル(缶)		◎黄桃(缶)	150g		◎パイナッ	ブル(缶)		◎みかん(1	두) 150g		食塩相当量 ◎黄桃(缶)	150g	
	★ ごはん180	プル(缶) [*] 0g	150g	◎黄桃(缶) ★ごはん18	150g 0g		◎パイナッ ★ごはん18	ブル(缶) 0g	150g	◎みかん(台 ★ごはん18	⋤) 150g 0g		◎黄桃(缶) ★ごはん18	150g 30g	2. 0g
	★ごはん180 鯖の磯辺焼 アスパラ	プル(缶) 0g き		◎黄桃(缶) ★ごはん18 中華丼の具 ブロッコリ	150g 0g 一の煮物	麦え麦	◎パイナッ	ブル(缶) 0g	150g 麦	◎みかん(1	G) 150g 0g vの塩おかか		◎黄桃(缶)	150g 80g {焼	麦
	★ごはん180 鯖の磯辺焼 アスパラ 旨みチンゲ	プル(缶) 0g き ン菜	150g 麦 乳麦か	◎黄桃(缶) ★ごはん18 中華丼の具	150g 0g 一の煮物	麦え麦	◎パイナッ★ごはん18赤魚のみぞ菜の花野菜炒め	プル(缶) 0g れ煮	150g 麦 卵麦	◎みかん(台 ★ごはん18 豚肉とキャベッ	G) 150g 0g パの塩おかか 一煮		◎黄桃(缶) ★ごはん18 ホッケの照 チンゲン菜 豚バラのす	150g 80g 5焼 シンテー き焼き煮	麦乳麦
	★ごはん180 鯖の磯辺焼 アスパラ	プル(缶) 0g き ン菜	150g 麦 乳麦か	◎黄桃(缶) ★ごはん18 中華丼の具 ブロッコリ	150g 0g 一の煮物	麦え麦	◎パイナッ ★ごはん18 赤魚のみぞ 菜の花	プル(缶) 0g れ煮	150g 麦	◎みかん(台 ★ごはん18 	G) 150g 0g パの塩おかか 一煮	乳麦	◎黄桃(缶) ★ごはん18 ホッケの照 チンゲン菜	150g 80g 5焼 シンテー き焼き煮	麦乳麦
Þ	★ごはん184 鯖の磯辺焼 アスパラ 旨みチンゲ バンバンジ	ブル(缶) Og き ン菜 ーサラダ おかず	150g 麦 乳麦か 乳麦 ご飯セット	◎黄桃(缶) ★ごはん18 中華井の具 ブロッコリ ゴボウのピリ	150g 0g 一の煮物 J辛サラダ おかず	麦え 麦 卵乳麦 ご飯セット	◎パイナッ ★ごはん18 赤魚のみぞ 菜の花 野菜炒め スパゲティ	ブル(缶) 0g れ煮 サラダ おかず	50g 麦 卵麦 卵乳麦 ご飯セット	◎みかん(台 ★ごはん18 豚肉とキャベッ 鶏肉のカレ 人参しりし	E) 150g Og Og いの塩おかか 一煮 り	乳麦麦	◎黄桃(缶) ★ごはん18 ホッケの照 チンゲン菜 豚バラのす マカロニサ	150g 30g 3. 3. 3. 3. 3. 3. 3. 3. 3. 3. 3. 3. 3.	麦乳麦卵ご飯セッ
夕命	★ごはん181 鯖の磯辺焼 アスパラ 旨みチンゲ バンバンジ エネルギー	ブル(缶) 0g き ン菜 ーサラダ おかず 283kcal	50g 麦 乳麦か 乳麦 ご飯セット 573kca	◎黄桃(缶) ★ごはん18 中華井の具 ブロッコリ ゴボウのピリ エネルギー	150g 0g 一の煮物 リ辛サラダ おかず 282kcal	麦え 麦 卵乳麦 ご飯セット 572kcal	◎パイナッ ★ごはん18 赤魚のみぞ 菜の花 野菜炒め スパゲティ エネルギー	ブル(缶) 0g れ煮 サラダ おかず 308kcal	50g 麦 卵麦 卵乳麦 ご飯セット 598kcal	◎みかん(名 ★ごはん18	E) 150g Og Vの塩おかか 一煮 り おかず 275kcal	乳麦 麦 ご飯セット 565kcal	◎黄桃(缶) ★ごはん18 ホッケの照 チンゲン菜 豚バラのす マカロニサ	150g 80g k焼 シテー き焼き煮 ラダ おかず 272kcal	麦 乳 麦 卵 麦 ご飯セ 562kca
夕命	★ごはん184 鯖の磯辺焼 アスパチンジ バンバンジ エネルギー たんぱく質	ブル(缶) 0g き ン菜 ーサラダ おかず 283kcal 16.9g	50g 表 乳麦か 乳麦 ご飯セット 573kcal 21.8g	◎ 黄桃(缶) ★ごはん18 中華井の具 ブボウのピリゴボウのピリー エネルギー たんぱく質	150g 0g 一の煮物 ラキサラダ おかず 282kcal 13.2g	麦え 麦 卵乳麦 ご飯セット 572kcal 18.1g 18.0g	◎パイナッ ★ごはん18 赤魚の花 要菜がデッ スパゲティ エネルぱく 脂質	ブル(缶) 0g れ煮 サラダ おかず 308kcal 12.7g 17 1g	表 卵麦 卵乳 三飯セット 598kcal 17.6g 17.8g	◎みかん(名 ★ごはん18 豚肉とキャベッ 鶏肉のりし 人参しりし エネルギー たんぱく質	G) 150g Og の塩おかか 一煮 り おかず 275kcal 17.8g	乳麦 麦 ご飯セット 565kcal	◎黄桃(缶) ★ごはん18 ホッケの照 チンゲン菜 豚バラのす マカロニサ	150g 80g k焼 シテー き焼き煮 ラダ おかず 272kcal	麦 乳麦 麦 卵麦 ご飯む 562kca
夕食	★ 請れ 18 は	ブル(缶) Og き ン菜 ーサラダ おかず 283kcal 16.9g 17.4g	表 乳麦か乳麦 ご飯セット 573kcal 21.8g 18.1g 75.8g	● 黄桃(缶) ★ごはん18 中華リンゴボウのピリンボークのピリートルばく エネルばく 上がして 上がり	150g 0g 一の煮物 キサラダ おかず 282kcal 13.2g 17.3g 18.7g	麦え 麦 卵乳麦 ご飯セット 572kcal 18.1g 18.0g 81.6g	◎パンス○パンスバンス() バンス() ボスカック() ボスカック<!--</td--><td>ブル(缶) 0g れ煮 サラダ おかず 308kcal 12.7g 17 1g</td><td>表 卵麦 卵乳 三飯セット 598kcal 17.6g 17.8g</td><td>○みかは18★ 下</td><td>E) 150g Og Og の塩おかか 一煮 り 275kcal - 16.8g - 13.4g</td><td>乳麦 麦 ご飯セット 565kcal 22.7g 17.5g 76.3g</td><td> ◎ 黄桃(缶) ★ はんれる ★ボッンゲラロー ルばは エたん質・化 上では 上</td><td>150g 80g 焼 ソテー き焼き ラダ 272kcal 16.6g 14.7g</td><td>麦 乳麦 麦 卵麦 ご飯セ 562kcc 19.00 17.33</td>	ブル(缶) 0g れ煮 サラダ おかず 308kcal 12.7g 17 1g	表 卵麦 卵乳 三飯セット 598kcal 17.6g 17.8g	○みかは18★ 下	E) 150g Og Og の塩おかか 一煮 り 275kcal - 16.8g - 13.4g	乳麦 麦 ご飯セット 565kcal 22.7g 17.5g 76.3g	◎ 黄桃(缶) ★ はんれる ★ボッンゲラロー ルばは エたん質・化 上では 上	150g 80g 焼 ソテー き焼き ラダ 272kcal 16.6g 14.7g	麦 乳麦 麦 卵麦 ご飯セ 562kcc 19.00 17.33
夕食	★ 請れ 18 は	ブル(缶) Og き ン菜 ーサラダ おかず 283kcal 16.9g 17.4g 12.9g 649mg	表 乳麦か乳麦 ご飯セット 573kcal 21.8g 18.1g 75.8g	● 黄桃(缶) ★ごはん18 中華リンゴボウのピリンボークのピリートルばく エネルばく 上がして 上がり	150g 0g 一の煮物 P辛サラダ 282kcal 13.2g 17.3g - 18.7g - 959mg	麦え 麦 卵乳麦 ご飯セット 572kcal 18.1g 18.0g 81.6g	◎パンス○パンスバンス() バンス() ボスカック() ボスカック<!--</td--><td>ブル(缶) Og れ煮 サラダ おかず 308kcal 12.7g - 17.1g - 26.3g - 742mg</td><td>表 卵麦 卵乳麦 ご飯セット 598kcal 17.6g 17.8g 89.2g 743mg</td><td>○みかん(台)★ごはゃれん18豚肉とキカりエネルばく上がばし上が変化上が変化カトリウム</td><td>G) 150g Og Og の塩おかか 一煮 り 275kcal 17.8g 16.8g 13.4g 607mg</td><td>乳麦 麦 ご飯セット 565kcal 22.7g 17.5g 76.3g 608mg</td><td>● 黄桃(缶)★ボーン・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・</td><td>150g 80g 8.焼 シテー き焼き ラダ 272kcal 14.1g 16.6g 14.7g 640mg</td><td>麦 乳麦 家麦 <u>ご飯セ</u> 562kc: 19.0 17.3 77.6 641m</td>	ブル(缶) Og れ煮 サラダ おかず 308kcal 12.7g - 17.1g - 26.3g - 742mg	表 卵麦 卵乳麦 ご飯セット 598kcal 17.6g 17.8g 89.2g 743mg	○みかん(台)★ごはゃれん18豚肉とキカりエネルばく上がばし上が変化上が変化カトリウム	G) 150g Og Og の塩おかか 一煮 り 275kcal 17.8g 16.8g 13.4g 607mg	乳麦 麦 ご飯セット 565kcal 22.7g 17.5g 76.3g 608mg	● 黄桃(缶)★ボーン・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	150g 80g 8.焼 シテー き焼き ラダ 272kcal 14.1g 16.6g 14.7g 640mg	麦 乳麦 家麦 <u>ご飯セ</u> 562kc: 19.0 17.3 77.6 641m
夕食	★ 大 大 大 大 大 大	ブル(缶) Og き ン菜 ーサラダ 283kcal 16.9g 17.4g 12.9g 649mg 588mg	表 乳麦か乳麦 ご飯セット 573kcal 21.8g 18.1g 75.8g 650mg	● 黄桃(缶) ★ごはん18 中華ロッのピリゴボウのピリエルばく エたんぱ 19 上がまる。 「大きないが、一覧では、一覧では、カリウムカリウム	150g 0g 一の煮物 キサラダ おかず 282kcal 13.2g 17.3g 18.7g 959mg 559mg	麦え 麦 卵乳麦 ご飯セット 572kcal 18.1g 18.0g 81.6g 960mg 631mg	◎パイトの ★赤菜野ス 本の花炒ケールば 本の花炒ケールば 本ので かった 本ので かった がった で なった で なった がった で で で で で で で で で で で で で	ブル(缶) Og れ煮 サラダ おかず 308kcal 12.7g 17.1g 26.3g 742mg 433mg	表 卵麦 卵乳麦 デ388と21 17.6g 17.8g 89.2g 743mg 505mg		E) 150g Og Vの塩おかか 一煮 り 275kcal 17.8g 16.8g 13.4g 607mg 644mg	乳麦 麦 ご飯セット 565kcal 22.7g 17.5g 76.3g 608mg 716mg	● 黄桃(缶) ★ホチ豚マ ホチ豚マ エたん質・化リウム ボリウム サリウム	150g 80g 焼 ソテー き焼き煮 ラダ 272kcal 14.1g 16.6g 14.7g 640mg 483mg	麦 乳麦 多 <u>562kc</u> 19-0 -17-3 -77-6 -641m
夕食	★ 請れ 18 は	ブル(缶) Og e き ン菜 ーサラダ おかず 283kcal 16.9g 17.4g 12.9g 649mg 588mg 247mg 1.7g	表 乳麦か乳麦 ご飯セット 573kcal 21.8g 18.1g 75.8g 650mg 660mg 324mg 1.7g	● 黄桃(缶) ★ご華ロウボースを順炭 トリウム ボックの ギく 物	150g 0g 一の煮物 キサラダ おかず 282kcal 13.2g 17.3g 18.7g 959mg 559mg 250mg 2.4g	麦え 麦 卵乳麦 572kcal 18.1g 18.0g 81.6g 960mg 631mg 327mg 2.4g	◎★赤菜野ス べご魚の菜パ 木ん質水トリン塩 た脂炭ナカリン塩 一質 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 回 一 一 回 一 <	ブル(缶) 10g れ煮 サラダ おかず 308kcal 12.7g 17.1g 26.3g 742mg 433mg 165mg 1.9g	表 卵麦 卵乳麦 ご飯セット 598kcal 17.6g 17.8g 89.2g 743mg 505mg 242mg 1.9g	● みごときのし かばきのし かばきのし ルば 化リウム ボッレし ギく 物 ムー質 ボルリウ 相 の から	E) 150g Og Og の塩おかか 一煮 リ 275kcal 17.8g 16.8g 13.4g 607mg 644mg 205mg 1.5g	乳麦 麦 ご飯セット 565kcal 22.7g 17.5g 76.3g 608mg 716mg 282mg 1.5g	● 黄桃(金)★ホチ豚マエた脂炭ナカリン塩ボンバカエたの質(水・リウ)相一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一質一一次一次一次一次一次一次一次一次一次一次一次一次一次一次一次一次一次一次一次一次一次一次一次一次一次一次一次一次一次一次一次一次一次一次一次一次一次一次一次一次一次一次一次<	150g 80g 焼 ソテー き焼き 272kcal 14.1g 16.6g 14.7g 640mg 483mg 1.88mg 1.6g	麦乳麦 麦奶麦 <u>562kc</u> 19.0 17.3 77.6 641m 555m 265m
夕食	★鯖ア旨バ エた脂炭ナカリ食 に磯パチバ ルぱ 化リウ ・ イン ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	ブル(缶) Og き ン菜 ーサラダ おかず 283kcal 16.9g 17.4g 12.9g 649mg 588mg 247mg 1.7g おかず	表 乳麦か 乳麦か 乳麦 ご飯セット 573kcal 21.8g - 18.1g - 75.8g 650mg 660mg 324mg 1.7g	● 黄桃(缶) ★ご様(ん18 中ブゴボークのピーク エネん質(水・サウム) ・ 大・リウム リ食塩 ・ サリウム ・ サ	150g 0g 一の煮物 辛サラダ おかず 282kcal 13.2g 17.3g 18.7g 959mg 250mg 2.4g おかず	麦え 麦 卵乳麦 ご飯セット 572kcal 18.1g 18.0g 81.6g 960mg 631mg 327mg 2.4g	◎パンス ★赤菜野ス エたが エたが ボーンで エたが ボーンで エたが ボーンで エーン エーンで エーンで エーンで エーンで エーンで エーンで エーンで エーンで エーンで エーンで エー エーンで エーンで エーンで エーンで エーンで エーンで エーンで エーンで エーンで エーンで エー	ブル(缶) 10g れ煮 サラダ おかず 308kcal 12.7g 17.1g 26.3g 742mg 433mg 165mg 1.9g	表 卵麦 卵乳麦 ご飯セット 598kcal 17.6g 17.8g 89.2g 743mg 505mg 242mg 1.9g		E) 150g Og Og Uの塩おかか 一煮 U 275kcal 17.8g 16.8g 13.4g 607mg 644mg 205mg 1.5g	乳麦 麦 ご飯セット 565kcal 22.7g 17.5g 76.3g 608mg 716mg 282mg 1.5g	● 黄桃(缶) ★ホチ豚マ エた脂炭ナトリン 塩 エカリカ エカルば 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	150g 80g 焼 ソテー き焼き ラダ おかず 272kcal 14.7g 640mg 483mg 1.6g おかず	麦乳麦 乳麦 562kc 19 0 177.6 641m 555m 265m
夕食	★鯖ア旨バ エた脂炭ナカリ食 エネル質水トリン 相 ボールボ から 当 ポール は ボール から エネル ガール から エネル ボール から エネル ボール ボール ボール ボール ボール ボール ボール ボール ボール ボー	ブル(缶) 0g c b つ で で の で の で の で の で の で の で の の で の	表 乳麦か乳麦 ご飯セット 573kcal 21.8g 18.1g 650mg 660mg 324mg 1.7g 二飯セット	● 黄桃(缶) ★ご華ロボー 本本のでは、 本本のでは、 本本のでは、 本本のでは、 本本のでは、 本のでは、 大りいり、 はは、 大りいり、 はいでする。 はいでなな。 はいでな。 はいでな。 はい	150g 0g 一の煮物 キサラダ おかず 282kcal 13.2g 17.3g 18.7g 959mg 559mg 250mg 2.4g おかず 780kcal	麦え 麦 卵乳麦 ご飯セット 572kca1 18.1g 18.0g 81.6g 960mg 631mg 327mg 2.4g ご飯セット	◎パンス 18 ★赤菜野ス エたが エたが エたが ボンカリカ エネル質水トリン 相 エネルギー エネルギー	ブル(缶) Og れ煮 サラダ おかず 308kcal 12.7g 26.3g 742mg 433mg 165mg 1.9g おかず 761kcal	50g 麦 卵麦 卵乳 麦 ご飯セット 598kcal 17.6g 17.8g 89.2g 743mg 505mg 242mg 1.9g こ飯セット	 ○みでは、 ○のように、 ○のように、<	5) 150g Og Og の塩おかか 一煮 り 275kcal 17.8g 16.8g 607mg 644mg 205mg 1.5g	乳麦 麦 ご飯セット 565kcal 22.7g 17.5g 76.3g 608mg 716mg 282mg 1.5g ご飯セット 1680kcal	◎ 黄桃(缶) ★ホチ豚マ エた脂炭ナトリン 相 ルぱ 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	150g 80g 焼 ソテー き焼き 272kcal 14.7g 640mg 483mg 1.6g 1.6g 1.6g	麦乳麦 多 562kc 19.0 17.3 641m 555m 1.6g 1664kc
夕食	★鯖ア旨バ エた脂炭ナカリ食 エルポ ペランン ギミ 物ウム リカリ は ボーリン は ボーリン は ボール ば ボーリン は ボー 質 エカル質 エカル質 エカル質 エカル質 エカル質 エカル質 エカル質 エカ	ブル(缶) 0g c b つ で で の で の で の で の で の で の で の で の で の	表 乳麦か 乳麦か 乳麦 ご飯セット 573kcal 21.8g 18.1g -55.8g -650mg -660mg 324mg 1.7g -100をセット 1627kcal 54.7g 45.3g	● 黄桃(缶) ★ 一	150g 0g 一の煮物 キサラダ おかず 282kcal 13.2g 17.3g 18.7g 959mg 559mg 250mg 2.4g おかず 780kcal 40.8g 43.8g	麦え 麦 卵乳麦 ご飯セット 572kcal 18. 1g 18. 0g 81. 6g 960mg 631mg 327mg 2. 4g ご飯セット 1650kcal 55. 5g 45. 9g	◎パンス エカリカリ を 本 京野ス エカルば 化リウム 出 で で で で で で で で で で で で で で で で で で	プル(缶) Og れ煮 サラダ おかず 308kcal 12.7g 17.1g 26.3g 742mg 433mg 165mg 1.9g おかず 761kcal 38.7g 41.5g	50g 麦 卵麦 卵乳 麦 ご飯セット 598kcal 17. 6g 17. 8g 74.3mg 50.5mg 24.2mg 1. 9g こ飯セット 1631kcal 53. 4g 43. 6g	◎みがはもれる。 ★豚鶏人 エた脂炭水トリウ 4 1 2 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	5) 150g Og Og Uの塩おかか 一煮 U まかず 275kcal 17.8g 16.8g 607mg 644mg 205mg 1.5g おかず 810kcal 40.5g 49.7g	乳麦 麦 ご飯セット 565kcal 22.7g 17.5g 76.3g 608mg 716mg 282mg 1.5g 1.5g 1.5g 1.5g 55.2g 51.8g	◎ 黄桃(缶) ★ホチ豚マ エた脂炭ナカリカ エた脂炭ナカリン塩 ネん質 化リウム 当 ギく 物 ム エた脂質 サーブ 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	150g 80g 4焼 ソテー き焼き 272kcal 14.1g 16.6g 48.3mg 48.3mg 1.6g 1.6g 1.7g 48.3mg 1.6g 48.3mg 1.6g 40.7g 40.7g 45.0g	麦 乳麦 家 多 562kc 19.0 17.3 -77.6 641m -555m 1.6g 1664kc -55.4 47.1
夕食	★鯖ア旨バ エた脂炭ナカリ食 エた脂炭 化リウ 相 ルぱ 化リウ 相 ルぱ 化リウ 相 ルぱ 化リウ 当 ギ く 物 ム 一質 化物 しん 当	ブル(缶) 0g c og c	表 乳麦か乳麦 ご飯セット 573kcal 21.8g 18.1g 75.8g 650mg 660mg 324mg 1.7g ご飯セット 1627kcal 54.7g 45.3g 240.0g	 ● 黄 (缶) ★ (右) ★ (右)	150g 0g 一の煮物 キサラダ おかず 282kcal 13.2g 17.3g 18.7g 959mg 250mg 2.4g おかず 780kcal 40.8g 43.8g 55.9g	麦え 麦 卵乳麦 ご飯セット 572kcal 18. 1g 18. 0g 81. 6g 960mg 631mg 327mg 2. 4g ご飯セット 1650kcal 55. 5g 45. 9g 244. 6g	◎ ★赤菜野ス エた脂炭水ー18 ・	プル(缶) Og れ煮 サラダ おかず 308kcal 12.7g 26.3g -742mg 433mg 165mg 1.9g おかず 761kcal 38.7g 41.5g 59.0g	50g 麦 卵麦 卵乳 麦 ご飯セット 598kcal 17. 6g 17. 8g 89. 2g 743mg 505mg 242mg 1. 9g こ飯セット 1631kcal 53. 4g 43. 6g 247. 7g	 ○ みごときのし ★ 豚鶏人 エた脂炭トリン塩 エたパ質水トリン塩 エたパ質水トリン塩 エたパ質水トリン塩 エたパ質水トリン塩 エたパ質水トリン塩 エたパ質水トリン塩 エたパ質水 	5) 150g Og Og Uの塩おかか 一煮 U まかず 275kcal 17.8g 16.8g 607mg 644mg 205mg 1.5g おかず 810kcal 40.5g 49.7g 48.4g	乳麦 麦 ご飯セット 565kcal 22.7g 17.5g 76.3g 608mg 716mg 282mg 1.5g 1.5g 1.5g 55.2g 51.8g 237.1g	 ● 横(ん) ★ホチ豚マ エた脂炭ナカリン塩ネん質化・リウン相 ルば 化リウン相 ルば ポープン 相 ルば 水 リウム 当 ギく 物 ムー質 化 切り 当 ギ く 物 ムー質 ・	150g 80g 快 ソテー き焼・シー 272kcal 14.1g 16.6g 483mg 1.6g 483mg 1.6g 3640mg 483mg 1.6g 483mg 1.6g 483mg 1.6g 483mg 1.6g 483mg 1.6g 54,0g	麦 乳麦 麦 了飯セ 562kc: 19.0 17.3 -77.6 641m 555m 1.6g 1664kc 55.4 47.1 243.2
夕食合計	★鯖ア旨バ エた脂炭ナカリ食 エた脂炭ナカリ な	ブル(缶) 0g c og c	表 乳麦か乳麦 ご飯セット 573kcal 21.8g 18.1g 650mg 660mg 324mg 1.7g ご飯セット 1627kcal 54.7g 45.3g 240.0g 1705mg	 ● 黄 (4) ★ (5) ★ (6) ★ (6) ★ (6) ★ (7) ★ (7)	150g 0g 一の煮物 辛サラダ おかず 282kcal 13.2g 17.3g 18.7g 959mg 250mg 2.4g おかず 780kcal 40.8g 43.8g 55.9g 2266mg	麦え 麦 卵乳麦 ご飯セット 572kcal 18. 1g 18. 0g 81. 6g 960mg 631mg 327mg 2. 4g ご飯セット 1650kcal 55. 5g 45. 9g 244. 6g 2269mg	◎★赤菜野ス エた脂炭ナカリ食 エた脂炭水トリン塩 ルポく 物ム メートリン 相 ギ く 物 ム 当	プル(缶) Og れ煮 サラダ おかず 308kcal 12.7g 17.1g 26.3g - 433mg 165mg 1.9g おかず 761kcal 38.7g 41.5g 59.0g 1883mg	50g 麦 卵麦 卵乳麦 ご飯セット 598kcal 17. 6g 17. 8g 743mg 505mg 242mg 1. 9g こ飯セット 1631kcal 53. 4g 43. 6g 247. 7g 1886mg	 ○ ★ 豚 鶏 人 ★ 豚 鶏 人 エ た 脂 炭 ナ カ リ 食 エ た 脂 炭 ナ カ リ な エ た 脂 炭 ト リ ン 塩 エ た の し ル ぱ い ウ ム エ た 脂 炭 ナ カ リ 食 エ た 脂 炭 ナ カ リ 食 エ た 脂 炭 ト リ ウ ム エ た 脂 炭 ナ カ リ 食 エ た 脂 炭 オ ト リ な エ た 脂 炭 オ ト リ な 	まかず 275kcal 17.8g 16.44mg 205mg 1.5g おかず 810kcal 40.5g 49.7g 48.4g 1820mg	乳麦 麦 ご飯セット 565kcal 22.7g 17.5g 76.3g 608mg 716mg 282mg 1.5g 1.5g 1.5g 282mg 1.5g 282mg 1.5g 282mg 1.5g 282mg 1.5g	◎ 黄桃(んのとのこと) では、 ● 本ホチ豚マ エた脂炭ナカリ食 エた脂炭ナカリン塩 ネん質化リウ 相 ルば 化リウ 相 ルば 化リウ 相 ルば 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	150g 80g 1焼 ソテー き焼・ラダ 272kcal 14.1g 16.6g 483mg 1.6g 483mg 1.6g 483mg 1.6g 483mg 1.6g 45.0g 45.0g 54.5g 2135mg	麦 乳麦 麦 了飯セ 562kc 19.0 17.3 -77.6 -641m -555m 1.6g -1664kc -55.4 -47.1 -243.2 -2138m
夕食合計	★鯖ア旨バ エた脂炭ナカリ食 エた脂炭ナカリ は磯パチバ ルぱ 化リウ 相 ルぱ 化リウム リン塩 ネん質水トリン塩 オん質水トリウ 相 ギス 物 ムー質 ・	ブル(缶) Og og og ob ン菜 ーサラダ	表 乳麦か乳麦か乳麦 ご飯セット 573kcal 21.8g 18.1g 75.8g 650mg 660mg 324mg 1.7g ご飯セット 1627kcal 54.7g 45.3g 240.0g 1705mg 1853mg 810mg	● 黄 (150g Og 一の煮物 辛サラダ おかず 282kcal 13.2g 17.3g 18.79g 559mg 259mg 259mg 2.4g おかず 780kcal 40.8g 43.8g 55.9g 2266mg 1603mg 586mg	麦え 麦 卵乳麦 ご飯セット 572kcal 18. 1g 18. 0g 81. 6g 960mg 631mg 327mg 2. 4g ご飯セット 1650kcal 55. 5g 45. 9g 244. 6g 2269mg 1819mg 817mg	◎★赤菜野ス エた脂炭ナカリ食 本 か が で	プル(缶) Og れ煮 サラダ おかず 308kcal 12.7g 17.1g 26.3g - 742mg 433mg 1.5mg 1.9g おかず 761kcal 38.7g 41.5g 59.0g 1883mg 1292mg 460mg	表 卵麦 卵乳麦 ・ 17.6g ・ 17.8g ・ 89.2g ・ 743mg ・ 505mg ・ 242mg ・ 1.9g ・ 1.9g ・ 1.9g ・ 1.831kcal ・ 53.4g ・ 43.6g ・ 247.7g ・ 1886mg ・ 1508mg ・ 691mg ・ 691mg	● 本のと ・ 下下では、 ・ 下では、 ・ でがは、 ・ 下では、 ・ 下では、 ・ 下では、 ・ 下では、	日)150g Og Og Og Ou 本かず 275kcal 17.8g 16.8g 607mg 644mg - 205mg 1.5g おかず 810kcal 40.5g 49.7g 48.4g 1820mg 1629mg 503mg	乳麦 麦 ご飯セット 565kcal 22.7g 17.5g 76.38m 716mg 282mg 1.5g ご飯セット 1680kcal 55.2g 51.8g 237.1g 1823mg 1845mg 734mg	◎ ★ホチ豚マ エた脂炭ナカリ食エた質水にリウ 相がした。 18 まっぱ 14 リウ 相 ルば 化リウ 相 ルば 化リウ 相 ルば ヤリウム 当 ギく 物ウム 当 ギー質 インカリン 第一質 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	150g 80g 4焼 ソテー き焼・ラダ 272kcal 14.1g 16.6g 48.3mg 48.3mg 1.6g 54.7g 45.0g 54.5g 21.35mg 1359mg 411mg	麦 乳麦 麦 多 562kc 19.0 17.3 -77.6 -641m -555m 1.6g
夕食合計	★鯖ア旨バ エた脂炭ナカリ食 エた脂炭ナカリ食 は磯パチバ ルぱ 化リウ 相 ルぱ 化リウ 相 ルぱ 化リウ 相 ギスクリン塩 ネん質水トリン塩 オー質 物 ムー質 リカム 量 一質 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	ブル(缶) Og b ン菜 ーサラダ おかず 283kcal 16.9g 17.4g 12.9g 649mg 588mg 1.7g おかず 757kcal 40.0g 43.2g 51.3g 1702mg 1637mg 579mg 4.4g	表 乳麦か 乳麦か 乳麦か 573kcal 21.8g 18.1g 75.8g 650mg 324mg 1.7g 二飯セット 1627kcal 54.7g 45.3g 240.0g 1705mg 1853mg 810mg 4.4g	● (本)	150g 0g 一の煮物 キサラダ おかず 282kcal 13.2g 17.3g 18.7g 959mg 250mg 2.4g おかず 780kcal 40.8g 40.8g 55.9g 2266mg 1603mg 586mg 5.7g	表え表 東 卵乳 麦 デ72kcal 18.1g 18.0g 81.6g 960mg 631mg 327mg 2.4g ご飯セット 1650kcal 55.5g 45.9g 244.6g 2269mg 1819mg 817mg 5.7g	◎★赤菜野ス エた脂炭ナカリ食 エた脂炭ナカリ食パご魚の菜パ ネん質水トリン塩 ネん質水トリン塩 オん質水トリン塩 オー質 物ウム 当 ギく 物ウム 当 一質	プル(缶) Og れ煮 サラダ おかず 308kcal 12.7g 17.1g 26.3g 742mg 433mg 1.9g おかず 761kcal 38.7g 41.3g 59.0g 1883mg 1292mg 460mg 4.8g	表 卵麦 卵乳麦 ・ 17.6g ・ 17.8g ・ 89.2g ・ 743mg ・ 505mg ・ 242mg ・ 1.9g ・ 1.9g ・ 1.9g ・ 1.31kcal ・ 53.4g ・ 43.6g ・ 247.7g ・ 1886mg ・ 1508mg ・ 691mg ・ 4.8g	● 下豚鶏人 エた脂炭ナカリ食 エた脂炭ナカリ食物にといる マルば 化リウ 相 ルば 化リウ 相 ルば 化リウ 相 ルば ヤウム 当 ギく 物ウム 当 一質 は かり は また	5) 150g Og Og Uの塩おかか 一煮 り 275kcal 17.8g 16.8g 13.4g 607mg -644mg 205mg 1.5g おかず 810kcal 40.5g 49.7g 48.4g 1820mg 1629mg 503mg 4.6g	乳麦麦 麦 ご飯セット 565kcal 22.7g 17.5g 76.3g 608mg 716mg 282mg 1.5g ご飯セット 1680kcal 551.8g 237.1g 1823mg 1845mg 734mg 4.6g	◎★ホチ豚マ エた脂炭ナカリ食 エた脂炭ナカリ食 エた脂炭ナカリ を	150g 80g 焼 ソテー き焼き煮 ラダ おかず 272kcal 14.1g 16.6g 14.7g 640mg 483mg 1.6g おかず 794kcal 40.7g 54.5g 2135mg 1359mg 411mg 5.4g	表 乳麦 多 多 562kc 19.0 17.3 77.6 641m 555m 1.6g 265m 1.6g 47.1 243.2 2138m 1575m 642m 55.4g
夕食 合計 合計	★鯖ア旨バ エた脂炭ナカリ食 エた脂炭ナカリ食工 おっぱい かっぱ ルポーリン塩 ネん質水トリン塩 ネん質水トリン塩 オー質 ロルポーツ サール	ブル(缶) Og og シ菜 ーサラダ おかず 283kcal 16.9g 17.4g 12.9g 649mg 588mg 1.7g おかず 757kcal 40.0g 43.2g 551.3g 1702mg 1637mg 579mg 4.4g	表 乳麦か乳麦か乳麦 573kcal 21.8g 18.1g 75.8g 650mg 324mg 1.7g 1627kcal 54.7g 45.3g 240.0g 1705mg 1853mg 810mg 4.4g	● ★中ブゴ エた脂炭ナカリ食 エた脂炭 ルリウ 相 ルぱ 化ウム 当 ボッウ ギマ かり は ボーリン塩 ネん質 水・リウ 相 ルぱ ボーリン 相 ルぱ ボーリン 相 ルぱ ボーリン は ボーリー 質 エネル 質 水・リウム 当 ボー 質 エネル 質 ボーカリ 食 エネル 質 ボーカリ 食 エネル がった カリ 食 エネル がった カリ 食 エネル かった カリ 食 エネル かった カリ 食 エネル カリ 食 エネル カリ 食 エネル カリ 食 エネー	150g 0g 一の煮物 キサラダ 282kcal 13.2g 17.3g 18.7g 959mg 250mg 2.4g おかず 780kcal 40.8g 40.8g 55.9g 2266mg 1603mg 586mg 5.7g	表え表 東卵乳 麦 572kcal 18.1g 18.0g 81.6g 960mg 631mg 327mg 2.4g こ飯セット 1650kcal 55.5g 45.9g 244.6g 2269mg 1819mg 817mg 5.7g	◎★赤菜野ス エた脂炭ナカリ食 エた脂炭ナカリ食エ ればの花炒ゲ ルぱ 化リウ 相 ルぱ 化リウ 相ルポイン 物ウム 当ギく 物ウム 当ギッ 18ぞ	プル(缶) Og れ煮 サラダ おかず 308kcal 12.7g 17.1g 26.3g 742mg 433mg 1.65mg 1.9g おかず 761kcal 38.7g 41.38 59.0g 1883mg 1292mg 460mg 4.8g	表 卵麦 卵乳麦 ・ 17. 6g ・ 17. 8g ・ 89. 2g ・ 743mg ・ 505mg ・ 242mg ・ 1. 9g ・ 1. 9g ・ 1. 9g ・ 1. 9g ・ 1. 31kcal ・ 53. 4g ・ 43. 6g ・ 247. 7g ・ 1886mg ・ 1508mg ・ 691mg ・ 4. 8g ・ 1757kcal	● 下豚鶏人 エた脂炭ナカリ食 エた脂炭ナカリ食工 たん質水トリン塩 ネん質水トリン塩 オん質水トリン塩 オーク ロッピー マーク ロッピー マーク ロッピー マーク ロッピー マーク ロップ	はいず では、	乳麦麦 麦 ご飯セット 565kcal 22.7g 17.5g 76.3g 608mg 716mg 282mg 1.5g ご飯セット 1680kcal 55.2g 51.8g 1823mg 1845mg 734mg 4.6g	◎★ホチ豚マ エた脂炭ナカリ食 エた脂炭ナカリ食 エた脂炭ナカリ食 エた脂炭ナカリシ塩 ネん質水トリン 相ルば 化リウ 相ル は 物ウム 当ギマー質 ムー質 エー質 エー質 エー質 エー質 エー質 エー質 エー質 エー質 エー質 エ	150g 80g 快 ソテー き焼き煮 272kcal 14.1g 16.6g 14.7g 640mg 483mg 1.6g おかず 794kcal 40.7g 45.0g 54.5mg 2135mg 1359mg 411mg 5.4g	麦乳麦 麦那麦 562kc 19.00 17.33 77.6 641m 555m 1.6g 265m 1.6g 243.2 2138m 1575m 642m 5.4g
夕食 合計 合計 合計	★鯖ア旨バ エた脂炭ナカリ食 エた脂炭ナカリ食工のスみン ネん質水トリン塩 ネん質水トリン塩ネん質水トリン塩ネん質水トリン塩ネん質水トリン塩ネん質が 中質 ム 当ギく 物ウム 当ギく から 当ギく から かん カー質 かん カー 第一 の かん 一 質 かん カー できます する カー できます する カー できます かん カー・カー アー・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	ブル(缶) Og ファーサラダ おかず 283kcal 16.9g 17.4g 12.9g 649mg 247mg 1.7g おかず 757kcal 40.0g 43.2g 513g 1702mg 1637mg 579mg 4.4g 883kcal 40.6g 43.4g	表 乳麦か乳麦 ご飯セット 573kcal 21.8g 18.1g 75.8g 650mg 660mg 324mg 1.7g ご飯セット 1627kcal 54.7g 45.3g 240.0g 1705mg 1853mg 1853mg 1810mg 4.4g 1753kcal 55.3g 45.5g	● ★中ブゴ エた脂炭ナカリ食 エた脂炭ナカリ食 エた脂炭 ナカリ食 エた脂炭 オーリウ 相 ルぱ 化リウ 増 ルパ で で で で で で で で で で で で で で で で で で	150g 0g 一の煮物 キサラダ 282kcal 13.2g 17.3g 18.7g 959mg 250mg 2.4g おかず 780kcal 40.8g 43.8g 55.9g 2266mg 1603mg 586mg 5.7g 908kcal 41.6g 44.0g	表え表明乳表 デ2kcal 572kcal 18.1g 18.0g 81.6g 960mg 631mg 327mg 2.4g ご飯セット 1650kcal 55.5g 45.9g 244.6g 2269mg 1819mg 817mg 5.7g 1778kcal 56.3g 46.1g	◎★赤菜野ス エた脂炭ナカリ食 エた脂炭ナカリ食 エた脂炭ナカリ食 エた脂炭ナカリ食 エた脂炭ナカリ食 エた脂炭ナカリ食 エた脂炭ナカリウ オん質 水・リウ オルぱ ボーリウ オルぱ ボーリウ オールぱ ボーリウ オールぱ ボーリウ オールぱ ボーリウ オールぱ ボーリウ ガールぱ ボーリウ ガールぱ ボーリウ ガールぱ ボーリウ ガーム ガーム ガーム ガーム ガーム ガーム ガーム ガーム	プル(缶) Og れ煮 サラダ おかず 308kcal - 12.7g - 17.1g - 26.3g - 742mg - 433mg - 165mg - 1.9g - 550.0g - 1883mg - 1992mg - 460mg - 4.8g - 887kcal - 39.3g - 41.7g	50g 表 卵麦 卵乳麦 ご飯セット 598kcal 17.6g 17.8g 89.2g 743mg 505mg 242mg 1.9g ご飯セット 1631kcal 53.4g 43.6g 247.7g 1886mg 1508mg 691mg 4.8g 1757kcal 54.0g 43.8g	◎★豚鶏人 エた脂炭ナカリ食 エた脂炭ナカリ食エた脂炭・ナカリ食エた脂炭・ナカリ食 キん質 水トリン塩 ネん質 水トリン塩ネん質 物ウム 当ギく 物ウム 当ギく 物クム 当半く できる かんりん かんりん かんりん かんりん かんりん かんりん かんりん かんり	日 150g Og Og Og Ou 本かず 275kcal 17.8g 16.8g 13.4g 607mg 644mg 205mg 1.5g おかず 810kcal 40.5g 49.7g 48.7g 1820mg 1629mg 503mg 4.6g 906kcal 41.3g 49.9g	乳麦麦 565kcal 22.7g 17.5g 76.3g 608mg 716mg 282mg 1.5g 55.2g 51.8g 237.1g 1825mg 734mg 4.6g 1776kcal 56.0g 52.0g 52.0g	◎★ホチ豚マ エた脂炭ナカリ食エた脂炭ナカリ食エた脂炭ナカリ食エた脂炭ナカリな ネん質水トリン塩ネん質水トリン塩ネん質水トリン塩ネん質水トリン塩ネん質水・リウ 相ルば 化リウ 相ルば でいった 当ギく 物ウム 当ギく 物ウム 当ギく	150g 80g 快 ソテー き焼き 272kcal 14.1g 16.6g 483mg 1.6g 483mg 1.6g 5.4g 40.7g 45.0g 5.4s 2135mg 411mg 5.4g 922kcal 41.5g 45.2g	麦 乳麦 麦 多 562kc 19.00 17.33 77.66 641m 555m 1.6g 1664kc 55.4 47.1 243.2 2138m 1575m 642m 556.2 1792kc 1792kc 1792kc 1792kc 1792kc
夕食 合計 合計 合計	★鯖ア旨バ エた脂炭ナカリ食 エた脂炭ナカリ食工た脂炭のスみン ネん質水トリン塩 ネん質水トリン塩ネん質水トリン塩ネん質水トリン塩ネん質水トリン塩ネん質水トリン塩ネん質水トリン塩ネん質水 化リウ 相ルぱ 化リウ 増加 ギく 物ウム 量一質 物	ブル(缶) Og ファーサラダ おかず 283kcal 16.9g 17.4g 12.9g 649mg 247mg 1.7g おかず 757kcal 40.0g 43.2g 51.3g 1702mg 1637mg 1637mg 579mg 4.4g 883kcal 40.6g 43.4g 81.8g	表 乳麦か乳麦 ご飯セット 573kcal 21. 8g 18. 1g 75. 8g 650mg 660mg 324mg 1. 7g ご飯セット 1627kcal 54. 7g 45. 3g 240. 0g 1705mg 1853mg 810mg 4. 4g 1753kcal 55. 3g 45. 5g 270. 5g	◎★中ブゴ エた脂炭ナカリ食エた脂炭ナカリ食エた脂炭ナカリ食エた脂炭ナカリ食 エた脂炭ナカリ食 オん質水トリン塩ネん質水トリン塩ネん質水トリン塩イのコの ギく 物ウム 当ギく 物ウム 当ギく 物 ムー質 他	150g 0g 一の煮物 辛サラダ 282kcal 13.2g 17.3g 18.7g 959mg 250mg 2.4g おかず 780kcal 40.8g 43.8g 55.9g 2266mg 1603mg 58.7g 908kcal 41.6g 44.0g 86.8g	表え表明乳表 デ2kcal 572kcal 18. 1g 18. 0g 81. 6g 960mg 631mg 327mg 2. 4g ご飯セット 1650kcal 55. 5g 45. 9g 244. 6g 2269mg 1819mg 817mg 5. 7g 1778kcal 56. 3g 46. 1g 275. 5g	◎★赤菜野ス エた脂炭ナカリ食 エた脂炭ナカリ食工た脂炭ナカリ食 エた脂炭ナカリ 相 ルぱ 化リウ 相 ルぱ 化リウ 相ルぱ 化リウ 相ルぱ 化リウ 相がず 化リウ 相がず 化リウ 相がず 化リウ 相がず 化リウ 相がず 化リウ 相がず がっと 当ずく 物 のと 当ずく 物 のと 当ずく 物 のと 当 できる いっぱん しょう かいしょう かいしょう かいしょう かいしょう かいしょう かいしょう かいしょう かいしょう かいしょう はいしょう かいしょう かいしょう はいしょう はいしょう はいしょう はいしょう はいしょう かいしょう かいしょう はいしょう はいしょう はいしょう はいしょう はいしょう かいしょう はいしょう はいしょう はいしょう はいしょう かいしょう はいしょう はいじょう はいしょう はいじょう はいしょう はいしょく はいしょう はいしょう はいしょく はい	プル(缶) Og れ煮 サラダ おかず 308kcal 12.7g 17.1g 26.3g 742mg 433mg 165mg 1.9g おかず 761kcal 38.7g 41.5g 59.0g 1883mg 1292mg 400mg 4.8g 887kcal 39.3g 41.7g 89.5g	50g 表 卵麦 卵乳麦 ご飯セット 598kcal 17.6g 17.8g 89.2g 743mg 242mg 1.9g 二飯セット 1631kcal 53.4g 43.6g 247.7g 1886mg 1508mg 691mg 4.8g 1757kcal 54.0g 43.8g 278.2g	◎★豚鶏人 エた脂炭ナカリ食 エた脂炭ナカリ食工た脂炭ナカリ食工た脂炭ナカリ食工た脂炭ナカリ食工た脂炭水トリン塩ネん質水トリン塩ネん質水トリン塩ネん質水トリン塩ネん質水のウム 当ギく 物ウム 当ギく 物クム 当半く 物	5) 150g Og Og Og の塩おかか 一煮 リ 275kcal 17.8g 16.8g 13.4g 607mg 644mg 205mg 1.5g おかず 810kcal 40.5g 49.7g 48.4g 1820mg 1629mg 1629mg 4.6g 906kcal 41.3g 49.9g 71.4g	乳麦麦 こ飯セット 565kcal 22.7g 17.5g 76.3g 608mg 716mg 282mg 1.5g 1.5g 1.5g 1.5g 237.1g 1823mg 1845mg 734mg 4.6g 1776kcal 56.0g 52.0g 260.1g	◎★ホチ豚マ エた脂炭ナカリ食エた脂炭ナカリ食エた脂炭水はケゲラロ ルば 化リウ 相 ルば 化リウ 相ルば 化リウ カー質 物力ム 量一質	150g 80g は焼 ソテー き焼き 272kcal 14.1g 16.6g 14.7g 640mg 483mg 1.6g 483mg 1.6g 35.0g 54.5g 2135mg 1359mg 411mg 5.4g 922kcal 41.5g 45.2g 85.4g	表 乳麦 麦 麦 麦 麦 麦 麦 麦 麦 麦 麦 麦 麦 麦
夕食 合計 合計(間食	★鯖ア旨バ エた脂炭ナカリ食 エた脂炭ナカリ食工た脂炭ナカリ食工た脂炭ナカリ食工た脂炭ナカリ食工た脂炭ナカリ食工た脂炭ナカリ食工た脂炭ナカリ食工た脂炭ナカリ食工を質水トリン塩ネん質水トリン塩ネん質水トリウ 相ルぱ 化リウ 増上して 物ウム 量一質 したり サーダー はつり サーダー はつり サーダー はつり サーダー はつり サーダー はつり サーダー はつり サーダー はいり	ブル(缶) Og og og を ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	表 乳麦か乳麦 ご飯セット 573kcal 21. 8g 18. 1g 75. 8g 650mg 660mg 324mg 1. 7g ご飯セット 1627kcal 54. 7g 45. 3g 240. 0g 1705mg 1853mg 810mg 4. 4g 1753kcal 55. 3g 45. 5g 270. 5g	◎★中ブゴ エた脂炭ナカリ食エた脂炭ナカリ食エた脂炭ナカリ食エた脂炭ナカリ食 エた脂炭ナカリ食 オん質水トリン塩ネん質水トリン塩ネん質水トリン塩イのコの ギく 物ウム 当ギく 物ウム 当ギく 物 ムー質 他	150g 0g 一の煮物 辛サラダ 282kcal 13.2g 17.3g 18.7g 959mg 250mg 2.4g おかず 780kcal 40.8g 43.8g 52.9g 2266mg 1603mg 586mg 587g 908kcal 41.6g 44.0g 86.8g 2272mg	表え表明乳表 デ2kcal 572kcal 18. 1g 18. 0g 81. 6g 960mg 631mg 327mg 2. 4g ご飯セット 1650kcal 55. 5g 45. 9g 244. 6g 2269mg 1819mg 817mg 5. 7g 1778kcal 56. 3g 46. 1g 275. 5g	◎★赤菜野ス エた脂炭ナカリ食 エた脂炭ナカリ食工た脂炭ナカリ食 エた脂炭ナカリ 相 ルぱ 化リウ 相 ルぱ 化リウ 相ルぱ 化リウ 相ルぱ 化リウ 相がず 化リウ 相がず 化リウ 相がず 化リウ 相がず 化リウ 相がず 化リウ 相がず がっと 当ずく 物 のと 当ずく 物 のと 当ずく 物 のと 当 できる いっぱん しょう かいしょう かいしょう かいしょう かいしょう かいしょう かいしょう かいしょう かいしょう かいしょう はいしょう かいしょう かいしょう はいしょう はいしょう はいしょう はいしょう はいしょう かいしょう かいしょう はいしょう はいしょう はいしょう はいしょう はいしょう かいしょう はいしょう はいしょう はいしょう はいしょう かいしょう はいしょう はいじょう はいしょう はいじょう はいしょう はいしょく はいしょう はいしょう はいしょく はい	プル(缶) Og れ煮 サラダ おかず 308kcal 12.7g 17.1g 26.3g 742mg 433mg 165mg 1.9g おかず 761kcal 38.7g 41.5g 59.0g 1883mg 1292mg 40.8g 48g 887kcal 39.3g 41.7g 89.5g 1885mg	50g 表 卵麦 卵乳麦 ご飯セット 598kcal 17.6g 17.8g 89.2g 743mg 242mg 1.9g 二飯セット 1631kcal 53.4g 43.6g 247.7g 1886mg 1508mg 691mg 4.8g 1757kcal 54.0g 43.8g 278.2g	◎★豚鶏人 エた脂炭ナカリ食 エた脂炭ナカリ食工た脂炭ナカリ食工た脂炭ナカリ食工た脂炭ナカリ食工た脂炭水トリン塩ネん質水トリン塩ネん質水トリン塩ネん質水トリン塩ネん質水のウム 当ギく 物ウム 当ギく 物クム 当半く 物	5) 150g Og Og Og Og の塩おかか 一煮 U) おかず 275kcal 17.8g 16.8g 13.4g 607mg 644mg 205mg 1.5g 810kcal 40.5g 49.7g 48.4g 1820mg 1629mg 503mg 4.6g 906kcal 41.3g 49.9g 71.4g 1826mg	乳麦麦 1565kcal 22.7g 17.5g 76.3g 608mg 716mg 282mg 1.5g 1680kcal 55.2g 51.8g 237.1g 1823mg 1845mg 734mg 4.6g 1776kcal 56.0g 260.1g	◎★ホチ豚マ エた脂炭ナカリ食エた脂炭ナカリ食エた脂炭水はケゲラロ ルば 化リウ 相 ルば 化リウ 相ルば 化リウ カー質 物力ム 量一質	150g 80g は焼 ソテー き焼き 272kcal 14.1g 16.6g 14.7g 640mg 483mg 1.6g 483mg 1.6g 35.0g 54.5g 2135mg 1359mg 411mg 5.4g 922kcal 41.5g 45.2g 85.4g	表 乳麦 麦 影麦 影麦 影 表 562kc. 17.3 77.6 641m. 555m. 1.6g 1664kc. 55.4 47.1 243.2 2138m. 1575m. 642m. 56.2 47.3 274.1 1792kc.
夕食 合計 合計(間食込)	★鯖ア旨バ エた脂炭ナカリ食 エた脂炭ナカリ食工た脂炭のスみン ネん質水トリン塩 ネん質水トリン塩ネん質水トリン塩ネん質水トリン塩ネん質水トリン塩ネん質水トリン塩ネん質水トリン塩ネん質水 化リウ 相ルぱ 化リウ 増加 ギく 物ウム 量一質 物	ブル(缶) Og ファーサラダ おかず 283kcal 16.9g 17.4g 12.9g 649mg 247mg 1.7g おかず 757kcal 40.0g 43.2g 51.3g 1702mg 1637mg 1637mg 579mg 4.4g 883kcal 40.6g 43.4g 81.8g	表 乳麦か乳麦 乳麦か乳麦 573kcal 21.8g 18.1g 75.8g 650mg 660mg 324mg 1.7g 1627kcal 54.7g 45.3g 240.0g 1705mg 1853mg 810mg 4.4g 1753kcal 55.3g 270.5g 1707mg 1967mg 1967mg 816mg	◎★中ブゴ エた脂炭ナカリ食 エた脂炭ナカリ食エた脂炭ナカリ食 エた脂炭ナカリ食 エた脂炭ナカリ食 エた脂炭ナカリウ 相ルぱ 化リウ 相ルぱ 化リウ 相ルぱ 化リウカ 当ギく 物ウム 当ギく 物ウム 当 ギく 物 ム	150g 0g 一の煮物 辛サラダ 282kcal 13.2g 17.3g 18.7g 959mg 250mg 2.4g おかず 780kcal 40.8g 43.8g 55.9g 2266mg 1603mg 58.7g 908kcal 41.6g 44.0g 86.8g	麦克 麦 卵乳麦 572kcal 18. 1g 18. 0g 81. 6g 960mg 631mg 327mg 2. 4g 55. 5g 45. 9g 244. 6g 2269mg 1819mg 817mg 5. 7g 1778kcal 56. 3g 46. 1g 275. 5g 2275mg 1939mg 831mg	◎★赤菜野ス エた脂炭ナカリ食 エた脂炭ナカリ食エた脂炭ナカリ食 エた脂炭ナカリ セス・カリウ オールば 化リウ 相ルば 化リウ オール で 物ウム 当 ギく カウム カー質 カー	プル(缶) Og れ煮 サラダ おかず 308kcal 12.7g 17.1g 26.3g 742mg 433mg 165mg 1.9g 38.7g 41.5g 59.0g 1883mg 1292mg 460mg 4.8g 887kcal 39.3g 41.7g 89.5g 1885mg 1406mg 466mg 466mg	50g 表	◎★豚鶏人 エた脂炭ナカリ食 エた脂炭ナカリ食工た脂炭ナカリ食 おん質水トリン塩 ネん質水トリン塩ネん質水トリン塩ネん質水トリウ 相ルば 化リウ 相ルば 化リウ 相ルば 化リウカ 当ギく 物ウム 当ギく 物ウム 当 ギく かりム	5) 150g Og Og Og Og の塩おかか 一煮 275kcal 17. 8g 16. 8g 13. 4g 607mg 644mg 205mg 1. 5g 810kcal 40. 5g 49. 7g 48. 4g 1820mg 1629mg 503mg 4. 6g 906kcal 41. 3g 49. 9g 71. 4g 1826mg 1742mg 515mg	乳麦麦 565kcal 22.7g 17.5g 76.3g 608mg 716mg 282mg 1.5g 55.2g 51.8g 237.1g 1823mg 1845mg 734mg 4.6g 1776kcal 55.0g 260.1g 1829mg 1958mg 746mg	◎★ホチ豚マ エだ脂炭ナカリ食 エた脂炭ナカリ食エた脂炭ナカリ食エた脂炭ナカリ へん質 ボドリン塩 ネん質 ボリウ 相ルば 化リウ 相ルば 化リウ 相ルば 化リウ 相ルば 化リウム 当ギく 物ウム 当ギく 物ウム 当ギく 物ウム 二	150g 80g は焼 ソテー き焼き 272kcal 14. 1g 16. 6g 14. 7g 640mg 483mg 1. 6g 188mg 1. 6g 45. 0g 54. 5g 2135mg 1359mg 411mg 5. 4g 922kcal 41. 5g 45. 2g 85. 4g 2141mg 1479mg 425mg	表 乳麦 多 多 562kcc 19.00 17.3 77.6 641mm 555mm 1.6ge 265mm 1.6ge 47.1 243.2 2138m 1575m 642mm 5.4ge

※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。

※「②」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。





- 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

- ●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)

	コープいしか	b		- 9 1-94 4 -	- 21	•				•					
	10	月31日(月)	1	1月1日(火	.)	1	1月2日(水	.)	1	1月3日(木	-)	1	1月4日(金	<u>></u>)
	品ź		アレルゲン	品	石	アレルゲン	品	石	アレルゲン	ÁÀ	名	アレルゲン	苗	名	アレルゲン
	★やわらかご	ごはん,180g		★やわらかる	ごはん,180g		★やわらかこ	ごはん,180g		★やわらかご	ごはん,180g		★やわらかご	ごはん,180g	
	がんもどきの	_			ぎのそぼろ煮			_					油揚げの		向丰
		7日の1点					焼豆腐ときのこの			さつま芋と服					卵麦
	中華うま煮		卵乳麦か	麩の野菜	あんかけ	麦	五色煮		麦	切干と挽肉のス	ナイスター炒め	麦	ナスの挽	肉炒め	乳麦
	ひじきとごぼ	うの士人ル		和風スパク			キャベツと蒸し鶏の			若芽としらす			菜の花ときの	この知え物	丰
		JUJ J AIV	-												
	★味噌汁		麦	★味噌汁		麦	★味噌汁		麦	★味噌汁		麦	★味噌汁		麦
朝															
于刀															
	栄養価	ا ـ ا ۱ ا الله الما	フルセット	兴美压	١. ١ ا الله ١٠ ١	ارداط ۱۱ ت	兴美压	ا ۱ ۱ الله ۱ د ا	ارداد ال	兴美压	١ ا شهر ا	الديط ال	兴美压	±> / . ±≌	الديط ال
\triangle	木食៕	おかりセット	フル ビット	木食៕	おかりセット	ノル ビット	不食៕	おかりセット	ノル ビット	木食៕	おかりセット	フル ビット	木食៕	おかりセット	
艮	エネルギー	142kcal	408kcal	エネルギー	130kcal	408kcal	エネルギー	111kcal	386kcal	エネルギー	142kcal	414kcal	エネルギー	121kcal	387kcal
	蛋白質						蛋白質			蛋白質	7.1g		蛋白質	8.2g	13.9g
		_													
	脂 質	6.9g	7.8g	脂 質	1.8g	3.5g	脂 質	3.7g	4.6g	脂 質	5.3g	6.3g	脂 質	5.4g	6.3g
	炭水化物	13.9g	70.3g	炭水化物	21 9g	78.5g	炭水化物	138g	72.1g	炭水化物	16.6g	73.6g	炭水化物	10 7g	67.1g
		_	_									_			_
			1211mg				ナトリウム			ナトリウム			ナトリウム		1084mg
	食塩相当量	2.0g	3.1g	食塩相当量	1.7g	2.8g	食塩相当量	1.8g	2.9g	食塩相当量	1.4g	2.5g	食塩相当量	1.6g	2.8g
	★やわらかご		_					_			_	_		_	0
				★やわらかご			★やわらかこ			★やわらかる			★やわらかご		
	赤魚のスパ	イス焼	麦	牛肉とキャへ	ジの炒め物	麦	サワラの西	京焼		チキンピカ	タ	卵麦	ポークジン	ジャー	麦
	オクラのペペ				茸の煮物		大根の甘			春雨とツナの			カリフラワーとウイン		
	鶏肉と野菜の	の中華炒め	丱麦洛	切干と人参	きのハリハリ		鶏肉のする			野菜の三		麦	さっぱりポ	ナトサフダ	丱乳麦
	マカロニのたま	ご味噌マコ	卵麦	★味噌汁		麦	マカローマリ	―ネサラダ	卵到 麦	★味噌汁		麦	★味噌汁		麦
				A :N-11		久				A 17N FE / 1		×	A 17N 1971		久
昼	★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
食	エネルギー	269kcal	543kcal							エネルギー			エネルギー		536kcal
100															
	蛋白質	15.6g	21.8g	蛋白質	14.3g	20.1g	蛋白質	15.9g	22.1g	蛋白質	11.4g	17.8g	蛋白質	11.4g	17.3g
	脂質	14.8g	15.8g	脂質	19.3g	20.2g	脂質	13.3g	14.3g	脂質	15.2g	16.9g	脂質	15.1g	16.0g
								_							
	炭水化物			炭水化物			炭水化物			炭水化物			炭水化物		78.2g
	ナトリウム	851mg	1294mg	ナトリウム	837mg	1298mg	ナトリウム	826mg	1267mg	ナトリウム	961mg	1403mg	ナトリウム	994mg	1438mg
	食塩相当量	_		食塩相当量			食塩相当量			食塩相当量			食塩相当量		3.7g
		_			_	J.Jg		_	S.Zg		_	_		_	3.7g
	★やわらかご	にはん180g		★やわらかる	ごはん180g		★やわらかご	ごはん180g		★やわらかる	ごはん180g		★やわらかる	ごはん180g	
	ナスと鶏肉の	のしぎ性	麦	ポテトコロ	ッケ	卵乳麦	ブロッコリーの	ホイコーロー	到麦落か	あぶらかれ	いみぞれ者	麦	豆腐ハン	バーグ	卯
	肉入りうの在			人参グラ			ナポリタン			チンゲン菜とピー			きのこあん		麦
	若芽と春雨	のサラダ	麦	豚肉と大林	根の煮物	麦	青菜のわる	さび和え	卵麦	鶏肉と大豆	の生姜者	麦	豚肉と南瓜の	の甘酢炒め	麦
	★味噌汁			法蓮草とツナ	いトマトマリネ		★味噌汁		麦	れんこんサ			キャベツのピ	ーナッツ和え	
夕				★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
食															
区				エネルギー			エネルギー			エネルギー			エネルギー		510kcal
	蛋白質	9.5g	15.4g	蛋白質	10.8g	16.5g	蛋白質	11.9g	17.7g	蛋白質	21.7g	27.4g	蛋白質	10.6g	16.8g
		_	11.8g								12.6g	13.5g			14.5g
		10.9g							15.7g						
	炭水化物	23.5g	80.2g	炭水化物	24.9g	81.3g	炭水化物	19.6g	76.8g	炭水化物	19.0g	75.8g	炭水化物	18.1g	75.3g
		826mg		ナトリウム			ナトリウム			ナトリウム			ナトリウム		1107mg
		_													
	食塩相当量	2.1g	3.2g	食塩相当量	1.9g	3.0g	食塩相当量	2.4g	3.6g	食塩相当量	2.0g	3.2g	食塩相当量	1./g	2.8g
	栄養価		フルセット		おかずセット			おかずセット			おかずセット				フルセット
合	エネルギー	646kcal	1453kcal	エネルギー	/35kcal	1544kcal	エネルギー	620kcal	1438kcal	エネルギー	/00kcal	151/kcal	エネルギー	62/kcal	1433kcal
		31.2g			30.6g	48.7g			51.4g		40.2g	58.4g	蛋白質	30.2g	48.0g
		32.6g	35.4g	脂 質	37.8g	41.3g	脂 質	31.8g	34.6g	脂質	33.1g	36.7g	脂 質	34.0g	36.8g
		56.1g		炭水化物			炭水化物			炭水化物			炭水化物	50.5g	220.6g
=1															
		2446mg		ナトリウム			ナトリウム			ナトリウム			ナトリウム		3629mg
	食塩相当量	6.3g	9.6g	食塩相当量	5.7g	9.1g	食塩相当量	6.3g	9.7g	食塩相当量	5.8g	9.3g	食塩相当量	5.8g	9.3g
	人一山一里			~·=:		0	~·= :11 -1 =			~·= :11 -1 =	5.56		人		5.56

★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。





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

- ●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)

	コープいしかわ									
	10月31日(月	1)	11月1日(火	')	11月2日(水	()	11月3日(オ	-)	11月4日(金	>)
	品名	アレルゲン		アレルゲン		ン アレルゲン		・ アレルゲン		アレルゲン
		アレルクン		テレルケン		アレルテン		テレルテン		ナレルナン
	★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g	
	がんもどきの含め煮	麦	里芋と玉ねぎのそぼろ煮	到丰	焼豆腐ときのこの生姜あんかけ	丰	さつま芋と豚肉の揚煮	丰	油揚げの玉子とじ	卵麦
	中華うま煮	卵乳麦か	麩の野菜あんかけ	麦	五色煮	麦	切干と挽肉のオイスター炒め	麦	ナスの挽肉炒め	乳麦
	ひじきとごぼうのナムル		和風スパゲティ		キャベツと蒸し鶏のおかかドレッシング		若芽としらすのおひたし		菜の花ときのこの和え物	
	★味噌汁	麦	★味噌汁	麦	★味噌汁	麦	★味噌汁	麦	★味噌汁	麦
朝				-		-		-		
籽力										
	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
合	エネルギー 142kcal	2011/001	エネルギー 130kcal							280kcal
	蛋白質 6.1g	9.8g	蛋白質 5.5g	9.2g	蛋白質 5.9g	9.6g	蛋白質 7.1g	10.8g	蛋白質 8.2g	11.9g
	脂 質 6.9g		脂 質 1.8g	2.5g	脂質 3.7g	4.4g	脂 質 5.3g	6.0g	脂 質 5.4g	6.1g
	炭水化物 13.9g	46.9g	炭水化物 21.9g	54.9g	炭水化物 13.8g	46.8g	炭水化物 16.6g	49.6g	炭水化物 10.7g	43.7g
							ナトリウム 548mg	988mg		1062mg
	食塩相当量 2.0g	3.1g	食塩相当量 1.7g	2.8g	食塩相当量 1.8g	2.9g	食塩相当量 1.4g	2.5g	食塩相当量 1.6g	2.7g
		_		2.08		2.05		2.05		2.78
	★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g	
	赤魚のスパイス焼	麦	牛肉とキャベツの炒め物	麦	サワラの西京焼		チキンピカタ	卵麦	ポークジンジャー	麦
	オクラのペペロンチーノ		大豆と椎茸の煮物	麦	大根の甘酢漬け		春雨とツナのピリ辛炒め	麦	カリフラワーとウインナーのカレー炒め	乳麦
	鶏肉と野菜の中華炒め		切干と人参のハリハリ		鶏肉のすき焼煮	麦	野菜の三杯酢	麦	さっぱりポテトサラダ	加到 丰
	マカロニのたまご味噌マヨ	卵麦	★味噌汁	麦	マカロニマリーネサラダ	卵乳麦	★味噌汁	麦	★味噌汁	麦
	★味噌汁	麦			★味噌汁	麦				
卫	★ 体 恒 / 1	久			★ 怀 恒 川	夂				
	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
1000	エネルギー 269kcal	1201001	エフルギー 21/kgal	172kaal	エフルギー 252kool	112kool	エカルギー 201kool	110kaal	エカルギー 260kgal	428kcal
K	エイルヤー 209KCal	420KGai	エネルギー 314KCal	4 / SKCal	エネルギー 200KCal	4 I ZKCai	エネルギー ZoTKCal		エネルギー 209KCal	
	蛋白質 15.6g	19.3g	蛋白質 14.3g	18.0g	蛋白質 15.9g	19.6g	蛋白質 11.4g	15.1g	蛋白質 11.4g	15.1g
								15.9g		15.8g
	脂質 14.8g					14.0g			脂質 15.1g	
	炭水化物 18.7g	51.7g	炭水化物 19.1g	52.1g	炭水化物 15.2g	48.2g	炭水化物 23.4g	56.4g	炭水化物 21.7g	54.7g
									ナトリウム 994mg	1434mg
	食塩相当量 2.2g	3.3g	食塩相当量 2.1g	3.2g	食塩相当量 2.1g	3.2g	食塩相当量 2.4g	3.6g	食塩相当量 2.5g	3.6g
	★全粥240g	_	★全粥240g	_	★全粥240g	_	★全粥240g	-	★全粥240g	
	ナスと鶏肉のしぎ焼	麦	ポテトコロッケ	卵乳麦	ブロッコリーのホイコーロー	乳麦落か	あぶらかれいみぞれ煮	麦	豆腐ハンバーグ	即
	肉入りうの花	乳麦	人参グラッセ	乳麦	ナポリタンポテト	乳麦	チンゲン菜とピーマンのソテー	到事か	きのこあん	麦
	若芽と春雨のサラダ	麦	豚肉と大根の煮物	麦	青菜のわさび和え	卵麦	鶏肉と大豆の生姜煮	麦	豚肉と南瓜の甘酢炒め	麦
	★味噌汁	麦	法蓮草とツナのトマトマリネ		★味噌汁	麦	れんこんサラダ	卵麦	キャベツのピーナッツ和え	丰茨
_	★ 1/1	久			其 •/∧ •自 / I	久				
タ			★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 おかずせいよ	フルセット
合		-								
食	エネルギー 235kcal		エネルギー 291kcal				エネルギー 277kcal		エネルギー 237kcal	396KCal
	蛋白質 9.5g	13.2g	蛋白質 10.8g	14.5g	蛋白質 11.9g	15.6g	蛋白質 21.7g	25.4g	蛋白質 10.6g	14.3g
	脂 質 10.9g	11.6g	脂 質 16.7g	17.4g	脂 質 14.8g	15.5g	脂 質 12.6g	13.3g	脂 質 13.5g	14.2g
	炭水化物 23.5g	56.5g	炭水化物 24.9g	57.9g	炭水化物 19.6g	52.6g	炭水化物 19.0g	52.0g	炭水化物 18.1g	51.1g
	ナトリウム 826mg	1266mg					ナトリウム 799mg		ナトリウム 664mg	1104mg
	食塩相当量 2.1g	3.2g	食塩相当量 1.9g	3.0g	食塩相当量 2.4g	3.5g	食塩相当量 2.0g	3.2g	食塩相当量 1.7g	2.8g
	栄養価 おかずセット	フルセット	栄養価 おかずセット	ノルセット	栄養価 おかずセット	ノルセット	栄養価 おかずセット	ノルセット	宋袞伽 おかずセット	フルセット
合	エネルギー 646kcal								エネルギー 627kcal	1104kcal
	蛋白質 31.2g	42.3g	蛋白質 30.6g	41.7g	蛋白質 33.7g	44.8g	蛋白質 40.2g	51.3g	蛋白質 30.2g	41.3g
	脂質 32.6g	34.7g	脂質 37.8g	39.9g	脂質 31.8g	33.9g	脂質 33.1g	35.2g	脂質 34.0g	36.1g
	炭水化物 56.1g	155.1g	炭水化物 65.9g	164.9g	炭水化物 48.6g	147.6g	炭水化物 59.0g	158.0g	炭水化物 50.5g	149.5g
■十										
			ナトリウム 2241mg							
	食塩相当量 6.3g	9.6g	食塩相当量 5.7g	9.0g	食塩相当量 6.3g	9.6g	食塩相当量 5.8g	9.3g	食塩相当量 5.8g	9.1g
				U		U		U		

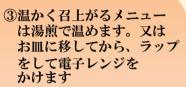
★はフルセットのメニューです。おかずセットには付きません。

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。





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。





- 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

- ●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)

	コーゴいしか	b _													
		月31日(月)		1月1日(火		1	1月2日(水)	1	1月3日(木	:)	1	1月4日(金	<u> </u>
	品名	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
	★全粥240g			★全粥240)g		★全粥240)g		★全粥240)g		★全粥240)g	
	えんどう豆とへ	ベーコン炒め	卵乳麦	肉団子のも	計 香	卵乳麦	豚肉と大根	の煮物	麦	牛肉と根菜	の煮物	乳麦	きのこの玉	子とじ	卵乳麦
	若芽とパイン	の酢の物	麦	一夜漬		乳麦	若芽のゴマ	酢和え	麦	昆布の佃煮	Í	麦	法蓮草とハ.	ムのマリーネ	卵乳麦
	★味噌汁(と			★味噌汁(とろみ)		★味噌汁(麦	★味噌汁(麦	★味噌汁(麦
		- ,			,			,			,			,	
朝															
刊															
	栄養価	+>.4> -1° 1	フルセット	兴 善//	+>.4> -1° 11	フルセット	光 美/本	おかずセット	اسط ۱۱	兴 善//	+>-+>-+>	フルセット	兴美压	+>4> +* +	المدالة ال
食				木食畑エネルギー					-					おかずセット	フルセット 270kcal
		86kcal					エネルギー			エネルギー			エネルギー		
	蛋白質	2.6g			_	_		2.9g			4.0g	7.8g	蛋白質	4.7g	8.5g
	脂質		_	脂質	4.8g	_		4.2g	_	脂質	6.9g	7.6g	脂質	4.0g	4.7g
		12.4g	_	炭水化物	_	_	炭水化物	_	_	炭水化物	_	55.9g	炭水化物	_	49.6g
	ナトリウム	550mg	_	ナトリウム	_	_	ナトリウム	_	977mg	ナトリウム		_	ナトリウム		1148mg
	食塩相当量			食塩相当量		_	食塩相当量		2.5g	食塩相当量		2.9g	食塩相当量		2.9g
	★全粥240g			★全粥240)g		★全粥240			★全粥240)g		★全粥240)g	
	スパイシーチ	キン	乳麦	白身の味噌	曾煮	乳麦	鶏の幽庵爆	きき	乳麦	鮭の西京爆	ŧ	乳麦	豚肉の生姜	 美 焼	乳麦
	大根と椎茸の	D煮物		大根の千ち			昆布煮豆		乳麦	油揚と菜の		麦	切干大根とべ		
	マリーネサラ			もやしサラク			ハムとブロッコ			メンマの中		乳麦か	若芽の酢吸		乳麦
	★味噌汁(と		麦	★味噌汁(★味噌汁(麦	★味噌汁(麦	★味噌汁(麦
昼	X M B / I (C	3-77		7.71.671	23.77	~	X M E/I		~	N M B/I	C 3477	^	X - N - E / I	C 3+1/	
些															
	栄養価	4× 4× 4° 1 1	フルセット	兴美压	4×4×4×1-11	ان صلا ۱۱	兴美压	+> 4> -+* 1 l	ان طال	兴美压	+> L> = 1 2 L=l	フルセット	兴美压	+> 4> += 1 l	ار بط ۱۱
食						フルセット		おかずセット							フルセット
		212kcal		エネルギー			エネルギー			エネルギー			エネルギー		335kcal
	蛋白質	5.6g						8.3g			8.0g	11.8g	蛋白質		9.9g
	脂質	12.6g	_	脂質	_	_				脂質	8.4g	9.1g	脂質		7.7g
	炭水化物	19.0g	_	炭水化物		_		_	_		21.3g	59.7g		19.2g	57.6g
	ナトリウム	816mg	1339mg	ナトリウム	928mg	1451mg	ナトリウム	811mg	1334mg		863mg	1386mg	ナトリウム	726mg	1249mg
	食塩相当量	2.1g	3.4g	食塩相当量	2.4g		食塩相当量		3.4g	食塩相当量	2.2g	3.5g	食塩相当量	1.8g	3.2g
	★全粥240g			★全粥240)g		★全粥240)g		★全粥240)g		★全粥240)g	
	鮭のおろし煮		麦	とんかつ		卵乳麦	白身魚しん	じょう	卵乳麦	鶏肉のデミ	ソース煮	乳麦	赤魚の味噌	曾煮	乳麦
	金時豆の煮物	勿	乳麦	ひじきとべー	-コンの煮物		がんも煮		麦	白菜と麩の	玉子とじ	卵乳麦	赤玉南瓜の	D煮物	麦
	野菜の三杯			サラダスパ		卵乳麦か		子和え	乳麦	大豆大根煮		卵乳麦	ブロッコリー		乳麦
	★味噌汁(と			★味噌汁(★味噌汁(麦	★味噌汁(麦	★味噌汁(麦
タ	/	- , ,		7, 71, 271	,		7. 11. 271 (,		7 7 1 27 1	,		7 11 271	,	
	栄養価	セシギャット	フルセット	坐 姜価	せかずせい	フルセット	坐 姜価	おかずセット	フルナット	坐姜 価	せかずせいよ	フルセット	坐 養価	セかずセット	フルセット
食		197kcal	-	エネルギー		-	エネルギー			エネルギー			エネルギー		370kcal
10		9.2g							10.6g		6.8g	10.6g		10.1g	13.9g
	蛋白質			蛋白質	4.7g			6.8g		蛋白質			蛋白質		
	脂質	7.1g		脂質			脂質			脂質	9.7g	10.4g	脂質	7.0g	7.7g
	炭水化物	24.7g		炭水化物			炭水化物			炭水化物					61.5g
	ナトリウム										721mg		ナトリウム		1281mg
	食塩相当量			食塩相当量			食塩相当量			食塩相当量		3.2g	食塩相当量		3.3g
	栄養価		フルセット			フルセット		おかずセット	-			フルセット			フルセット
合	エネルギー	495kcal	1017kcal	エネルギー	558kcal	1080kcal	エネルギー	504kcal	1026kcal	エネルギー	512kcal	1034kcal	エネルギー	453kcal	975kcal
	蛋白質	17.4g	28.8g	蛋白質	16.1g	27.5g	蛋白質	18.0g	29.4g	蛋白質	18.8g	30.2g	蛋白質	20.9g	32.3g
	脂質			脂質						脂質		27.1g	脂質		20.1g
	炭水化物		_	炭水化物		_	炭水化物			炭水化物		_	炭水化物	_	168.7g
	ナトリウム	_	_	ナトリウム			ナトリウム			ナトリウム			ナトリウム		3678mg
	食塩相当量			食塩相当量		_	食塩相当量			食塩相当量		9.6g	食塩相当量		9.4g
	長塩和ヨ里★はフルセッ									_{艮塩伯ヨ里} 許可の特別。					
	★はノルビッ														<i>)</i> o

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。 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

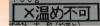
①ムースは冷蔵状態です。 ②お受け取り後は<mark>冷蔵庫</mark>で保管ください



③ラベルに書いてある「〇温め可」と「×温め不可」を確認

○温め可





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。

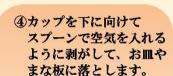


次にフタをして<u>15分</u>程 温めます。追加で<u>火はかけ</u> ません。

(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







【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