「ムース食」　週間献立表

注文締切：2/4（火）

	2月17日(月)		2月18日(火)		2月19日(水)		2月20日(木)		2月21日(金)	
朝食	★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g	
	温泉玉子	卵麦	金時豆の煮物	乳麦	五目豆腐煮	乳麦	ブロッコリーと鶏肉の煮物	乳麦	きのこの玉子とじ	卵乳麦
	一夜漬	乳麦	若竹煮	麦	大根なます	麦	大根と椎茸の煮物	麦	一夜漬	乳麦
	★味噌汁(とろみ)	麦	★味噌汁(とろみ)	麦	★味噌汁(とろみ)	麦	★味噌汁(とろみ)	麦	★味噌汁(とろみ)	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 104kcal	278kcal	エネルギー 95kcal	269kcal	エネルギー 95kcal	269kcal	エネルギー 107kcal	281kcal	エネルギー 71kcal	245kcal
	蛋白質 4.5g	8.3g	蛋白質 4.4g	8.2g	蛋白質 2.3g	6.1g	蛋白質 5.2g	9.0g	蛋白質 3.2g	7.0g
	脂 質 5.6g	6.3g	脂 質 2.4g	3.1g	脂 質 4.0g	4.7g	脂 質 4.2g	4.9g	脂 質 2.8g	3.5g
	炭水化物 8.6g	47.0g	炭水化物 16.4g	54.8g	炭水化物 12.4g	50.8g	炭水化物 11.7g	50.1g	炭水化物 9.4g	47.8g
	ナトリウム 605mg	1128mg	ナトリウム 437mg	960mg	ナトリウム 527mg	1050mg	ナトリウム 555mg	1078mg	ナトリウム 523mg	1046mg
	食塩相当量 1.5g	2.9g	食塩相当量 1.1g	2.4g	食塩相当量 1.3g	2.7g	食塩相当量 1.4g	2.7g	食塩相当量 1.3g	2.7g
昼食	★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g	
	鶏肉のカレー風味焼き	乳麦	鮭の照焼	麦	クリームコロッケ	乳麦か	赤魚の生姜煮	乳麦	鶏の西京焼き	乳麦
	牛肉と根菜の煮物	乳麦	ひじきと高野豆腐の煮物	乳麦	鶏肉のすき焼き煮	麦	野菜の味噌風味	乳麦	五色煮	乳麦
	メンマの中華和え	乳麦か	菜の花の辛子和え	乳麦	えんどう豆とベーコン炒め	卵乳麦	南瓜とハムのサラダ	卵乳麦	大根と竹輪の酢の物	乳麦
	★味噌汁(とろみ)	麦	★味噌汁(とろみ)	麦	★味噌汁(とろみ)	麦	★味噌汁(とろみ)	麦	★味噌汁(とろみ)	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 202kcal	376kcal	エネルギー 165kcal	339kcal	エネルギー 177kcal	351kcal	エネルギー 179kcal	353kcal	エネルギー 156kcal	330kcal
	蛋白質 7.4g	11.2g	蛋白質 9.2g	13.0g	蛋白質 6.2g	10.0g	蛋白質 8.0g	11.8g	蛋白質 5.1g	8.9g
	脂 質 10.3g	11.0g	脂 質 7.4g	8.1g	脂 質 8.9g	9.6g	脂 質 7.8g	8.5g	脂 質 7.0g	7.7g
	炭水化物 19.8g	58.2g	炭水化物 15.8g	54.2g	炭水化物 17.8g	56.2g	炭水化物 19.0g	57.4g	炭水化物 17.5g	55.9g
	ナトリウム 972mg	1495mg	ナトリウム 818mg	1341mg	ナトリウム 758mg	1281mg	ナトリウム 870mg	1393mg	ナトリウム 759mg	1282mg
	食塩相当量 2.5g	3.8g	食塩相当量 2.1g	3.4g	食塩相当量 1.9g	3.3g	食塩相当量 2.2g	3.5g	食塩相当量 1.9g	3.3g
夕食	★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g	
	白身フライタルタル	卵乳麦	ナスと鶏肉のしぎ焼き	乳麦落	白身のおろし煮	乳麦	鶏肉のイタリアンソース煮	乳麦	和風煮込みハンバーグ	乳麦
	大豆大根煮	卵乳麦	白菜と麩の玉子とじ	卵乳麦	昆布煮豆	乳麦	枝豆とかにかまの煮物	卵麦えか	法蓮草と油揚げの煮物	麦
	ハムとブロッコリーのマリーネ	卵乳麦	切干大根とベーコンの煮物	卵乳麦	青菜のおひたし	乳麦	白菜と若芽の煮物	乳麦	サラダスパゲティ	卵乳麦か
	★味噌汁(とろみ)	麦	★味噌汁(とろみ)	麦	★味噌汁(とろみ)	麦	★味噌汁(とろみ)	麦	★味噌汁(とろみ)	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 205kcal	379kcal	エネルギー 199kcal	373kcal	エネルギー 191kcal	365kcal	エネルギー 133kcal	307kcal	エネルギー 236kcal	411kcal
	蛋白質 4.8g	8.6g	蛋白質 6.3g	10.1g	蛋白質 11.2g	15.0g	蛋白質 5.1g	8.9g	蛋白質 5.5g	9.3g
	脂 質 12.6g	13.3g	脂 質 11.6g	12.3g	脂 質 7.8g	8.5g	脂 質 6.4g	7.1g	脂 質 15.4g	16.1g
	炭水化物 18.8g	57.2g	炭水化物 17.2g	55.6g	炭水化物 19.8g	58.2g	炭水化物 14.9g	53.3g	炭水化物 18.0g	56.5g
	ナトリウム 861mg	1384mg	ナトリウム 815mg	1338mg	ナトリウム 899mg	1422mg	ナトリウム 703mg	1226mg	ナトリウム 823mg	1344mg
	食塩相当量 2.2g	3.5g	食塩相当量 2.1g	3.4g	食塩相当量 2.3g	3.6g	食塩相当量 1.8g	3.1g	食塩相当量 2.1g	3.4g
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 511kcal	1033kcal	エネルギー 459kcal	981kcal	エネルギー 463kcal	985kcal	エネルギー 419kcal	941kcal	エネルギー 463kcal	986kcal
	蛋白質 16.7g	28.1g	蛋白質 19.9g	31.3g	蛋白質 19.7g	31.1g	蛋白質 18.3g	29.7g	蛋白質 13.8g	25.2g
	脂 質 28.5g	30.6g	脂 質 21.4g	23.5g	脂 質 20.7g	22.8g	脂 質 18.4g	20.5g	脂 質 25.2g	27.3g
	炭水化物 47.2g	162.4g	炭水化物 49.4g	164.6g	炭水化物 50.0g	165.2g	炭水化物 45.6g	160.8g	炭水化物 44.9g	160.2g
	ナトリウム 2438mg	4007mg	ナトリウム 2070mg	3639mg	ナトリウム 2184mg	3753mg	ナトリウム 2128mg	3697mg	ナトリウム 2105mg	3672mg
	食塩相当量 6.2g	10.2g	食塩相当量 5.3g	9.2g	食塩相当量 5.5g	9.6g	食塩相当量 5.4g	9.3g	食塩相当量 5.3g	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。

ムース食は消費者庁許可の特別用途食品（えん下困難者用食品）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「〇温め可」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