

「ムース食」 週間献立表

注文締切：4/1（火）

		4月14日(月)		4月15日(火)		4月16日(水)		4月17日(木)		4月18日(金)	
朝	食	★全粥240g 豚すき 乳麦 切干大根煮 乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦		★全粥240g 鶏大根の味噌煮 乳麦 薩摩芋と切昆布の煮物 乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦		★全粥240g 温泉玉子 卵麦 竹輪の五色きんぴら 乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦		★全粥240g 五目豆腐煮 乳麦 野菜の三杯酢 麦 ★味噌汁(とろみ) 麦		★全粥240g 鶏団子の中華風 卵乳麦か 一夜漬 乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦	
昼	食	栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 91kcal 265kcal たんぱく質 3.1g 6.9g 脂質 3.3g 4.0g 炭水化物 12.2g 50.6g ナトリウム 572mg 1095mg 食塩相当量 1.5g 2.8g		栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 87kcal 261kcal たんぱく質 3.6g 7.4g 脂質 2.6g 3.3g 炭水化物 13.4g 51.8g ナトリウム 625mg 1148mg 食塩相当量 1.6g 2.9g		栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 135kcal 309kcal たんぱく質 6.1g 9.9g 脂質 6.7g 7.4g 炭水化物 11.0g 49.4g ナトリウム 680mg 1203mg 食塩相当量 1.7g 3.1g		栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 99kcal 273kcal たんぱく質 2.1g 5.9g 脂質 4.3g 5.0g 炭水化物 13.6g 52.0g ナトリウム 575mg 1098mg 食塩相当量 1.5g 2.8g		栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 76kcal 250kcal たんぱく質 2.9g 6.7g 脂質 2.8g 3.5g 炭水化物 10.3g 48.7g ナトリウム 547mg 1070mg 食塩相当量 1.4g 2.7g	
		★全粥240g 白身の竜田揚げ 乳麦 肉団子のソース炒め 卵乳麦 法蓮草と油揚げの煮物 麦 ★味噌汁(とろみ) 麦		★全粥240g クリームコロッケ 乳麦か 枝豆とかにかまの煮物 卵麦えか ベーコンのごま酢和え 卵乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦		★全粥240g 白身のおろし煮 乳麦 ひじきと大豆の煮物 乳麦 青菜のわさび和え 卵乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦		★全粥240g 鶏肉のイタリアンソース煮 乳麦 大根と椎茸の煮物 麦 青菜のおひたし 乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦		★全粥240g 鮭のおろし煮 麦 ふきの煮物 乳麦 えんどう豆とベーコン炒め 卵乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦	
夕	食	栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 211kcal 385kcal たんぱく質 10.8g 14.6g 脂質 9.9g 10.6g 炭水化物 20.2g 58.6g ナトリウム 931mg 1454mg 食塩相当量 2.4g 3.7g		栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 183kcal 357kcal たんぱく質 5.4g 9.2g 脂質 10.0g 10.7g 炭水化物 18.5g 56.9g ナトリウム 834mg 1357mg 食塩相当量 2.1g 3.5g		栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 187kcal 362kcal たんぱく質 8.3g 12.2g 脂質 9.7g 10.4g 炭水化物 16.9g 55.5g ナトリウム 886mg 1405mg 食塩相当量 2.3g 3.6g		栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 143kcal 317kcal たんぱく質 6.8g 10.6g 脂質 6.1g 6.8g 炭水化物 16.4g 54.8g ナトリウム 728mg 1251mg 食塩相当量 1.9g 3.2g		栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 172kcal 346kcal たんぱく質 7.8g 11.6g 脂質 8.1g 8.8g 炭水化物 17.7g 56.1g ナトリウム 816mg 1339mg 食塩相当量 2.1g 3.4g	
		★全粥240g 鶏肉のカレー風味焼き 乳麦 ひじきと高野豆腐の煮物 乳麦 菜の花のおひたし 乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦		★全粥240g 赤魚の生姜煮 乳麦 鶏つくねとフキの煮物 卵乳麦 南瓜とハムのサラダ 卵乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦		★全粥240g 鶏の照焼 乳麦 切昆布と竹の子の煮物 乳麦 野菜の味噌風味 乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦		★全粥240g 和風煮込みハンバーグ 乳麦 鶏肉のすき焼き煮 麦 金時豆の煮物 乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦		★全粥240g 焼肉炒め 乳麦 白菜と若芽の煮物 乳麦 大根なます 麦 ★味噌汁(とろみ) 麦	
合	計	栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 463kcal 985kcal たんぱく質 20.3g 31.7g 脂質 20.7g 22.8g 炭水化物 49.4g 164.6g ナトリウム 2373mg 3942mg 食塩相当量 6.1g 10.0g		栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 452kcal 974kcal たんぱく質 16.4g 27.8g 脂質 21.6g 23.7g 炭水化物 48.5g 163.7g ナトリウム 2262mg 3831mg 食塩相当量 5.7g 9.8g		栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 491kcal 1014kcal たんぱく質 21.9g 33.4g 脂質 23.5g 25.6g 炭水化物 47.1g 162.5g ナトリウム 2437mg 4002mg 食塩相当量 6.2g 10.2g		栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 414kcal 936kcal たんぱく質 16.7g 28.1g 脂質 16.3g 18.4g 炭水化物 51.9g 167.1g ナトリウム 1919mg 3488mg 食塩相当量 5.0g 8.9g		栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 397kcal 919kcal たんぱく質 13.9g 25.3g 脂質 17.6g 19.7g 炭水化物 47.2g 162.4g ナトリウム 2152mg 3721mg 食塩相当量 5.5g 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「○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