「ムース食」 週間献立表

注文締切：4/22（火）

	5月5日(月)		5月6日(火)		5月7日(水)		5月8日(木)		5月9日(金)	
朝食	★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g	
	牛肉と根菜の煮物	乳麦	温泉玉子	卵麦	五色煮豆	卵麦	野菜の味噌風味	乳麦	豚すき	乳麦
	メンマの中華和え	乳麦か	ふきの煮物	乳麦	大根とひじきの煮物	麦	白花豆煮	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 137kcal	311kcal	エネルギー 119kcal	293kcal	エネルギー 118kcal	292kcal	エネルギー 119kcal	293kcal	エネルギー 71kcal	245kcal
	蛋白質 4.1g	7.9g	蛋白質 4.6g	8.4g	蛋白質 3.4g	7.2g	蛋白質 3.4g	7.2g	蛋白質 1.9g	5.7g
	脂 質 6.6g	7.3g	脂 質 6.3g	7.0g	脂 質 5.2g	5.9g	脂 質 3.1g	3.8g	脂 質 2.5g	3.2g
	炭水化物 15.4g	53.8g	炭水化物 10.7g	49.1g	炭水化物 15.6g	54.0g	炭水化物 21.3g	59.7g	炭水化物 11.0g	49.4g
	ナトリウム 726mg	1249mg	ナトリウム 612mg	1135mg	ナトリウム 574mg	1097mg	ナトリウム 421mg	944mg	ナトリウム 557mg	1080mg
	食塩相当量 1.8g	3.2g	食塩相当量 1.6g	2.9g	食塩相当量 1.5g	2.8g	食塩相当量 1.1g	2.4g	食塩相当量 1.4g	2.7g
昼食	★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	鮭の照焼	麦	ナスと鶏肉のしぎ焼き	乳麦落	白身フライタルタル	卵乳麦
	ひじきと高野豆腐の煮物	乳麦	大根煮	乳麦	ブロッコリーの煮物	乳麦	枝豆とかにかまの煮物	卵麦えか	大根とベーコンの煮物	卵乳麦
	切干大根とベーコンの煮物	卵乳麦	菜の花のおひたし	乳麦	南瓜とハムのサラダ	卵乳麦	白菜と若芽の煮物	乳麦	法蓮草のおひたし	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 162kcal	336kcal	エネルギー 154kcal	328kcal	エネルギー 208kcal	382kcal	エネルギー 176kcal	350kcal	エネルギー 208kcal	382kcal
	蛋白質 9.2g	13.0g	蛋白質 5.9g	9.7g	蛋白質 10.1g	13.9g	蛋白質 4.2g	8.0g	蛋白質 6.9g	10.7g
	脂 質 6.8g	7.5g	脂 質 6.5g	7.2g	脂 質 10.8g	11.5g	脂 質 9.8g	10.5g	脂 質 11.5g	12.2g
	炭水化物 15.5g	53.9g	炭水化物 17.4g	55.8g	炭水化物 18.1g	56.5g	炭水化物 18.6g	57.0g	炭水化物 19.2g	57.6g
	ナトリウム 870mg	1393mg	ナトリウム 811mg	1334mg	ナトリウム 849mg	1372mg	ナトリウム 788mg	1311mg	ナトリウム 904mg	1427mg
	食塩相当量 2.2g	3.5g	食塩相当量 2.1g	3.4g	食塩相当量 2.2g	3.5g	食塩相当量 2.0g	3.3g	食塩相当量 2.3g	3.6g
夕食	★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g	
	鶏の照焼	乳麦	白身のおろし煮	乳麦	クリームコロッケ	乳麦か	赤魚の生姜煮	乳麦	鶏肉のイタリアンソース煮	乳麦
	金時豆の煮物	乳麦	昆布煮豆	乳麦	きのこの玉子とじ	卵乳麦	薩摩芋と切昆布の煮物	乳麦	はんぺんの玉子とじ	卵乳麦
	若竹煮	麦	ベーコンのごま酢和え	卵乳麦	鶏肉のすき焼き煮	麦	法蓮草とハムのマリーネ	卵乳麦	黒豆煮	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 172kcal	346kcal	エネルギー 205kcal	379kcal	エネルギー 179kcal	353kcal	エネルギー 138kcal	312kcal	エネルギー 164kcal	338kcal
	蛋白質 9.4g	13.2g	蛋白質 12.0g	15.8g	蛋白質 7.0g	10.8g	蛋白質 8.5g	12.3g	蛋白質 8.1g	11.9g
	脂 質 6.4g	7.1g	脂 質 9.2g	9.9g	脂 質 9.0g	9.7g	脂 質 4.6g	5.3g	脂 質 7.7g	8.4g
	炭水化物 21.2g	59.6g	炭水化物 19.0g	57.4g	炭水化物 17.4g	55.8g	炭水化物 16.7g	55.1g	炭水化物 15.4g	53.8g
	ナトリウム 711mg	1234mg	ナトリウム 942mg	1465mg	ナトリウム 695mg	1218mg	ナトリウム 965mg	1488mg	ナトリウム 637mg	1160mg
	食塩相当量 1.8g	3.1g	食塩相当量 2.4g	3.7g	食塩相当量 1.8g	3.1g	食塩相当量 2.5g	3.8g	食塩相当量 1.6g	3.0g
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 471kcal	993kcal	エネルギー 478kcal	1000kcal	エネルギー 505kcal	1027kcal	エネルギー 433kcal	955kcal	エネルギー 443kcal	965kcal
	蛋白質 22.7g	34.1g	蛋白質 22.5g	33.9g	蛋白質 20.5g	31.9g	蛋白質 16.1g	27.5g	蛋白質 16.9g	28.3g
	脂 質 19.8g	21.9g	脂 質 22.0g	24.1g	脂 質 25.0g	27.1g	脂 質 17.5g	19.6g	脂 質 21.7g	23.8g
	炭水化物 52.1g	167.3g	炭水化物 47.1g	162.3g	炭水化物 51.1g	166.3g	炭水化物 56.6g	171.8g	炭水化物 45.6g	160.8g
	ナトリウム 2307mg	3876mg	ナトリウム 2365mg	3934mg	ナトリウム 2118mg	3687mg	ナトリウム 2174mg	3743mg	ナトリウム 2098mg	3667mg
	食塩相当量 5.8g	9.8g	食塩相当量 6.1g	10.0g	食塩相当量 5.5g	9.4g	食塩相当量 5.6g	9.5g	食塩相当量 5.3g	9.3g

★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