

「ムース食」 週間献立表

注文締切：4/29（火）

		5月12日(月)		5月13日(火)		5月14日(水)		5月15日(木)		5月16日(金)	
朝	食	★全粥240g えんどう豆とベーコン炒め 若芽とパインの酢の物 ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g 肉団子の甘酢煮 一夜漬 ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g 豚肉と大根の煮物 麦 若芽のゴマ酢和え ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g 牛肉と根菜の煮物 乳麦 昆布の佃煮 ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g きのこの玉子とじ 卵乳麦 法蓮草とハムのマリーネ ★味噌汁(とろみ)	
		卵乳麦 麦		卵乳麦 乳麦		麦 麦		乳麦 麦		卵乳麦 卵乳麦	
昼	食	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 2.6g 6.4g 脂質 3.3g 4.0g 炭水化物 12.6g 51.0g ナトリウム 561mg 1084mg 食塩相当量 1.4g 2.8g		栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 105kcal 279kcal たんぱく質 2.6g 6.4g 脂質 4.8g 5.5g 炭水化物 13.3g 51.7g ナトリウム 584mg 1107mg 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 103kcal 277kcal たんぱく質 2.9g 6.7g 脂質 4.2g 4.9g 炭水化物 13.0g 51.4g ナトリウム 462mg 985mg 食塩相当量 1.2g 2.5g		栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 142kcal 316kcal たんぱく質 4.0g 7.8g 脂質 6.9g 7.6g 炭水化物 17.2g 55.6g ナトリウム 626mg 1149mg 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 96kcal 270kcal たんぱく質 4.7g 8.5g 脂質 4.1g 4.8g 炭水化物 11.1g 49.5g ナトリウム 631mg 1154mg 食塩相当量 1.6g 2.9g	
		★全粥240g スパイシーチキン 大根と椎茸の煮物 マリーネサラダ ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g 白身の味噌煮 大根の千切煮 もやしサラダ ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g 鶏の幽庵焼き 昆布煮豆 ハムとブロッコリーのマリーネ ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g 鮭の西京焼 油揚げと菜の花の煮物 メンマの中華和え ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g 豚肉の生姜焼 卵乳麦 切干大根とベーコンの煮物 若芽の酢味噌和え ★味噌汁(とろみ)	
		乳麦 麦 卵乳麦 麦		乳麦 乳麦 卵乳麦 麦		乳麦 乳麦 卵乳麦 麦		乳麦 麦 乳麦 麦		乳麦 卵乳麦 乳麦 麦	
夕	食	栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 213kcal 387kcal たんぱく質 6.0g 9.8g 脂質 12.7g 13.4g 炭水化物 18.7g 57.1g ナトリウム 794mg 1317mg 食塩相当量 2.0g 3.3g		栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 169kcal 343kcal たんぱく質 8.9g 12.7g 脂質 7.2g 7.9g 炭水化物 17.3g 55.7g ナトリウム 936mg 1459mg 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 192kcal 366kcal たんぱく質 8.3g 12.1g 脂質 9.6g 10.3g 炭水化物 17.5g 55.9g ナトリウム 821mg 1344mg 食塩相当量 2.1g 3.4g		栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 196kcal 370kcal たんぱく質 8.0g 11.8g 脂質 8.4g 9.1g 炭水化物 21.3g 59.7g ナトリウム 868mg 1391mg 食塩相当量 2.2g 3.5g		栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 162kcal 336kcal たんぱく質 6.1g 9.9g 脂質 7.0g 7.7g 炭水化物 19.3g 57.7g ナトリウム 736mg 1259mg 食塩相当量 1.9g 3.2g	
		★全粥240g 鮭のおろし煮 金時豆の煮物 野菜の三杯酢 ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g とんかつ ひじきとベーコンの煮物 サラダスパゲティ ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g 白身魚しんじょう がんと煮 菜の花の辛子和え ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g 鶏肉のデミソース煮 白菜と麩の玉子とじ 大豆大根煮 ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g 赤魚の味噌煮 赤玉南瓜の煮物 ブロッコリーの煮物 ★味噌汁(とろみ)	
		麦 乳麦 麦 麦		卵乳麦 卵乳麦 卵乳麦 麦		卵乳麦 麦 乳麦 麦		乳麦 卵乳麦 卵乳麦 麦		乳麦 麦 乳麦 麦	
合	計	栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 493kcal 1015kcal たんぱく質 18.0g 29.4g 脂質 23.2g 25.3g 炭水化物 55.8g 171.0g ナトリウム 2002mg 3571mg 食塩相当量 5.0g 9.1g		栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 557kcal 1079kcal たんぱく質 16.0g 27.4g 脂質 32.1g 34.2g 炭水化物 51.0g 166.2g ナトリウム 2324mg 3893mg 食塩相当量 5.9g 9.9g		栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 503kcal 1025kcal たんぱく質 18.1g 29.5g 脂質 25.7g 27.8g 炭水化物 48.3g 163.5g ナトリウム 2154mg 3723mg 食塩相当量 5.5g 9.4g		栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 511kcal 1033kcal たんぱく質 18.7g 30.1g 脂質 25.0g 27.1g 炭水化物 53.7g 168.9g ナトリウム 2220mg 3789mg 食塩相当量 5.6g 9.6g		栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 454kcal 976kcal たんぱく質 20.9g 32.3g 脂質 18.1g 20.2g 炭水化物 53.5g 168.7g ナトリウム 2128mg 3697mg 食塩相当量 5.4g 9.4g	

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秒ーオススメ

- 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

★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。