

「ムース食」 週間献立表

注文締切：7/15（火）

		7月28日(月)		7月29日(火)		7月30日(水)		7月31日(木)		8月1日(金)	
朝	食	★全粥240g がんも煮 麦 大根と竹輪の酢の物 乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦		★全粥240g 肉団子の甘酢煮 卵乳麦 昆布の佃煮 麦 ★味噌汁(とろみ) 麦		★全粥240g 切干大根と小松菜の煮物 麦 ベーコンのごま酢和え 卵乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦		★全粥240g 鶏つくねとフキの煮物 卵乳麦 菜の花のおひたし 乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦		★全粥240g 温泉玉子 卵麦 一夜漬 乳麦 ★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 122kcal 296kcal		エネルギー 136kcal 310kcal		エネルギー 89kcal 263kcal		エネルギー 108kcal 282kcal		エネルギー 104kcal 278kcal	
		蛋白質 3.3g 7.1g		蛋白質 2.9g 6.7g		蛋白質 2.6g 6.4g		蛋白質 2.7g 6.5g		蛋白質 4.5g 8.3g	
昼	食	たんかつ 卵乳麦 黒豆煮 乳麦 マリーネサラダ 卵乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦		★全粥240g 白身の味噌煮 乳麦 五色煮豆 卵麦 法蓮草のおひたし 乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦		★全粥240g 鶏の照焼 乳麦 赤玉南瓜の煮物 麦 きのこきんぴら 乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦		★全粥240g 赤魚の味噌煮 乳麦 薩摩芋と切昆布の煮物 乳麦 もやしサラダ 卵乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦		★全粥240g 鶏肉のカレー風味焼き 乳麦 牛肉と根菜の煮物 乳麦 マンマの中華和え 乳麦か ★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 227kcal 401kcal		エネルギー 187kcal 361kcal		エネルギー 205kcal 379kcal		エネルギー 168kcal 342kcal		エネルギー 202kcal 376kcal	
		蛋白質 5.5g 9.3g		蛋白質 10.5g 14.3g		蛋白質 8.4g 12.2g		蛋白質 7.7g 11.5g		蛋白質 7.4g 11.2g	
夕	食	★全粥240g 鮭の西京焼 乳麦 油揚げと菜の花の煮物 麦 若芽とパインの酢の物 麦 ★味噌汁(とろみ) 麦		★全粥240g 鶏肉のデミソース煮 乳麦 ひじき煮 乳麦 大根とベーコンの煮物 卵乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦		★全粥240g 白身の竜田揚げ 乳麦 白花豆煮 麦 ゴボウのピリ辛サラダ 卵乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦		★全粥240g 豚肉の生姜焼 乳麦 大根の千切煮 乳麦 ひじきとベーコンの煮物 卵乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦		★全粥240g 白身フライタルタル 卵乳麦 大豆大根煮 卵乳麦 ハムとブロッコリーのマリーネ 卵乳麦 ★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 188kcal 362kcal		エネルギー 174kcal 348kcal		エネルギー 226kcal 400kcal		エネルギー 160kcal 334kcal		エネルギー 205kcal 379kcal	
		蛋白質 7.8g 11.6g		蛋白質 6.7g 10.5g		蛋白質 7.1g 10.9g		蛋白質 6.5g 10.3g		蛋白質 4.8g 8.6g	
合	計	脂質 7.5g 8.2g		脂質 9.5g 10.2g		脂質 11.8g 12.5g		脂質 7.4g 8.1g		脂質 12.6g 13.3g	
		炭水化物 22.0g 60.4g		炭水化物 16.0g 54.4g		炭水化物 24.0g 62.4g		炭水化物 16.8g 55.2g		炭水化物 18.7g 57.1g	
		ナトリウム 749mg 1272mg		ナトリウム 733mg 1256mg		ナトリウム 634mg 1157mg		ナトリウム 745mg 1268mg		ナトリウム 861mg 1384mg	
		食塩相当量 1.9g 3.2g		食塩相当量 1.9g 3.2g		食塩相当量 1.6g 2.9g		食塩相当量 1.9g 3.2g		食塩相当量 2.2g 3.5g	
計	計	★全粥240g たんかつ 卵乳麦 黒豆煮 乳麦 マリーネサラダ 卵乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦		★全粥240g 白身の味噌煮 乳麦 五色煮豆 卵麦 法蓮草のおひたし 乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦		★全粥240g 鶏の照焼 乳麦 赤玉南瓜の煮物 麦 きのこきんぴら 乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦		★全粥240g 赤魚の味噌煮 乳麦 薩摩芋と切昆布の煮物 乳麦 もやしサラダ 卵乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦		★全粥240g 鶏肉のカレー風味焼き 乳麦 牛肉と根菜の煮物 乳麦 マンマの中華和え 乳麦か ★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 537kcal 1059kcal		エネルギー 497kcal 1019kcal		エネルギー 520kcal 1042kcal		エネルギー 436kcal 958kcal		エネルギー 511kcal 1033kcal	
		蛋白質 16.6g 28.0g		蛋白質 20.1g 31.5g		蛋白質 18.1g 29.5g		蛋白質 16.9g 28.3g		蛋白質 16.7g 28.1g	
計	計	脂質 28.1g 30.2g		脂質 23.5g 25.6g		脂質 24.4g 26.5g		脂質 19.2g 21.3g		脂質 28.5g 30.6g	
		炭水化物 53.4g 168.6g		炭水化物 52.8g 168.0g		炭水化物 58.5g 173.7g		炭水化物 48.9g 164.1g		炭水化物 47.1g 162.3g	
		ナトリウム 1903mg 3472mg		ナトリウム 2208mg 3777mg		ナトリウム 1871mg 3440mg		ナトリウム 2317mg 3886mg		ナトリウム 2438mg 4007mg	
		食塩相当量 4.8g 8.8g		食塩相当量 5.7g 9.6g		食塩相当量 4.8g 8.7g		食塩相当量 5.9g 9.9g		食塩相当量 6.2g 10.2g	

★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