

「ムース食」 週間献立表 注文締切：10/28（火）

	11月10日(月)		11月11日(火)		11月12日(水)		11月13日(木)		11月14日(金)	
朝	★全粥240g 五目豆腐煮 大根なます ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g ブロッコリーと鶏肉の煮物 大根と椎茸の煮物 ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g きのこの王子とじ 一夜漬 ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g 鶏団子の中華風 ひじきと大豆の煮物 ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g 豚すき 若芽とパインの酢の物 ★味噌汁(とろみ)	
	乳麦 麦 麦		乳麦 麦 麦		乳麦 麦 麦		卵乳麦 乳麦 麦		卵乳麦 乳麦 麦	
食	栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 95kcal 269kcal たんぱく質 2.3g 6.1g 脂質 4.0g 4.7g 炭水化物 12.4g 50.8g ナトリウム 527mg 1050mg 食塩相当量 1.3g 2.7g		栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 107kcal 281kcal たんぱく質 5.2g 9.0g 脂質 4.2g 4.9g 炭水化物 11.7g 50.1g ナトリウム 555mg 1078mg 食塩相当量 1.4g 2.7g		栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 71kcal 245kcal たんぱく質 3.2g 7.0g 脂質 2.8g 3.5g 炭水化物 9.4g 47.8g ナトリウム 523mg 1046mg 食塩相当量 1.3g 2.7g		栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 98kcal 272kcal たんぱく質 4.1g 7.9g 脂質 4.0g 4.7g 炭水化物 11.4g 49.8g ナトリウム 530mg 1053mg 食塩相当量 1.3g 2.7g		栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 89kcal 263kcal たんぱく質 2.1g 5.9g 脂質 3.1g 3.8g 炭水化物 13.8g 52.2g ナトリウム 532mg 1055mg 食塩相当量 1.4g 2.7g	
	★全粥240g クリームコロッケ 鶏肉のすき焼き煮 えんどう豆とベーコン炒め ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g 赤魚の生姜煮 野菜の味噌風味 南瓜とハムのサラダ ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g 鶏の西京焼き 五色煮 大根と竹輪の酢の物 ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g 鮭のおろし煮 ブロッコリーの煮物 マリネサラダ ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g スパイシーチキン 黒豆煮 法蓮草とハムのマリネ ★味噌汁(とろみ)	
	乳麦 麦 卵乳麦 麦		乳麦 麦 卵乳麦 麦		乳麦 麦 卵乳麦 麦		麦 乳麦 卵乳麦 麦		乳麦 乳麦 卵乳麦 麦	
昼	栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 177kcal 351kcal たんぱく質 6.2g 10.0g 脂質 8.9g 9.6g 炭水化物 17.8g 56.2g ナトリウム 758mg 1281mg 食塩相当量 1.9g 3.3g		栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 179kcal 353kcal たんぱく質 8.0g 11.8g 脂質 7.8g 8.5g 炭水化物 19.0g 57.4g ナトリウム 870mg 1393mg 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 156kcal 330kcal たんぱく質 5.1g 8.9g 脂質 7.0g 7.7g 炭水化物 17.5g 55.9g ナトリウム 759mg 1282mg 食塩相当量 1.9g 3.3g		栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 210kcal 384kcal たんぱく質 8.6g 12.4g 脂質 11.4g 12.1g 炭水化物 18.7g 57.1g ナトリウム 814mg 1337mg 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 210kcal 384kcal たんぱく質 8.7g 12.5g 脂質 11.5g 12.2g 炭水化物 18.0g 56.4g ナトリウム 760mg 1283mg 食塩相当量 1.9g 3.3g	
	★全粥240g 白身のおろし煮 昆布煮豆 青菜のおひたし ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g 鶏肉のイタリアンソース煮 枝豆とかにかまの煮物 白菜と若芽の煮物 ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g 和風煮込みハンバーグ 法蓮草と油揚げの煮物 サラダスパゲティ ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g 焼肉炒め 切干大根煮 青菜のわさび和え ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g 白身の照焼き 大根とベーコンの煮物 切昆布と竹の子の煮物 ★味噌汁(とろみ)	
	乳麦 乳麦 乳麦 麦		乳麦 卵麦えか 乳麦 麦		乳麦 麦 卵乳麦 麦		乳麦 乳麦 卵乳麦 麦		乳麦 卵乳麦 乳麦 麦	
タ	栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 190kcal 364kcal たんぱく質 11.2g 15.0g 脂質 7.8g 8.5g 炭水化物 19.7g 58.1g ナトリウム 901mg 1424mg 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 133kcal 307kcal たんぱく質 5.1g 8.9g 脂質 6.4g 7.1g 炭水化物 14.9g 53.3g ナトリウム 703mg 1226mg 食塩相当量 1.8g 3.1g		栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 237kcal 411kcal たんぱく質 5.5g 9.3g 脂質 15.4g 16.1g 炭水化物 18.1g 56.5g 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 176kcal 350kcal たんぱく質 4.8g 8.6g 脂質 9.9g 10.6g 炭水化物 17.4g 55.8g ナトリウム 893mg 1416mg 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 141kcal 315kcal たんぱく質 6.5g 10.3g 脂質 5.7g 6.4g 炭水化物 16.7g 55.1g ナトリウム 808mg 1331mg 食塩相当量 2.1g 3.4g	
	★全粥240g 白身のおろし煮 昆布煮豆 青菜のおひたし ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g 鶏肉のイタリアンソース煮 枝豆とかにかまの煮物 白菜と若芽の煮物 ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g 和風煮込みハンバーグ 法蓮草と油揚げの煮物 サラダスパゲティ ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g 焼肉炒め 切干大根煮 青菜のわさび和え ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g 白身の照焼き 大根とベーコンの煮物 切昆布と竹の子の煮物 ★味噌汁(とろみ)	
	乳麦 乳麦 乳麦 麦		乳麦 卵麦えか 乳麦 麦		乳麦 麦 卵乳麦 麦		乳麦 乳麦 卵乳麦 麦		乳麦 卵乳麦 乳麦 麦	
食	栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 462kcal 984kcal たんぱく質 19.7g 31.1g 脂質 20.7g 22.8g 炭水化物 49.9g 165.1g ナトリウム 2186mg 3755mg 食塩相当量 5.5g 9.6g		栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 419kcal 941kcal たんぱく質 18.3g 29.7g 脂質 18.4g 20.5g 炭水化物 45.6g 160.8g ナトリウム 2128mg 3697mg 食塩相当量 5.4g 9.3g		栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 464kcal 986kcal たんぱく質 13.8g 25.2g 脂質 25.2g 27.3g 炭水化物 45.0g 160.2g ナトリウム 2103mg 3672mg 食塩相当量 5.3g 9.4g		栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 484kcal 1006kcal たんぱく質 17.5g 28.9g 脂質 25.3g 27.4g 炭水化物 47.5g 162.7g ナトリウム 2237mg 3806mg 食塩相当量 5.7g 9.7g		栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 440kcal 962kcal たんぱく質 17.3g 28.7g 脂質 20.3g 22.4g 炭水化物 48.5g 163.7g ナトリウム 2100mg 3669mg 食塩相当量 5.4g 9.4g	
	★全粥240g 白身のおろし煮 昆布煮豆 青菜のおひたし ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g 鶏肉のイタリアンソース煮 枝豆とかにかまの煮物 白菜と若芽の煮物 ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g 和風煮込みハンバーグ 法蓮草と油揚げの煮物 サラダスパゲティ ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g 焼肉炒め 切干大根煮 青菜のわさび和え ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g 白身の照焼き 大根とベーコンの煮物 切昆布と竹の子の煮物 ★味噌汁(とろみ)	
	乳麦 乳麦 乳麦 麦		乳麦 卵麦えか 乳麦 麦		乳麦 麦 卵乳麦 麦		乳麦 乳麦 卵乳麦 麦		乳麦 卵乳麦 乳麦 麦	
合	栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 462kcal 984kcal たんぱく質 19.7g 31.1g 脂質 20.7g 22.8g 炭水化物 49.9g 165.1g ナトリウム 2186mg 3755mg 食塩相当量 5.5g 9.6g		栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 419kcal 941kcal たんぱく質 18.3g 29.7g 脂質 18.4g 20.5g 炭水化物 45.6g 160.8g ナトリウム 2128mg 3697mg 食塩相当量 5.4g 9.3g		栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 464kcal 986kcal たんぱく質 13.8g 25.2g 脂質 25.2g 27.3g 炭水化物 45.0g 160.2g ナトリウム 2103mg 3672mg 食塩相当量 5.3g 9.4g		栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 484kcal 1006kcal たんぱく質 17.5g 28.9g 脂質 25.3g 27.4g 炭水化物 47.5g 162.7g ナトリウム 2237mg 3806mg 食塩相当量 5.7g 9.7g		栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 440kcal 962kcal たんぱく質 17.3g 28.7g 脂質 20.3g 22.4g 炭水化物 48.5g 163.7g ナトリウム 2100mg 3669mg 食塩相当量 5.4g 9.4g	
	★全粥240g 白身のおろし煮 昆布煮豆 青菜のおひたし ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g 鶏肉のイタリアンソース煮 枝豆とかにかまの煮物 白菜と若芽の煮物 ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g 和風煮込みハンバーグ 法蓮草と油揚げの煮物 サラダスパゲティ ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g 焼肉炒め 切干大根煮 青菜のわさび和え ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g 白身の照焼き 大根とベーコンの煮物 切昆布と竹の子の煮物 ★味噌汁(とろみ)	
	乳麦 乳麦 乳麦 麦		乳麦 卵麦えか 乳麦 麦		乳麦 麦 卵乳麦 麦		乳麦 乳麦 卵乳麦 麦		乳麦 卵乳麦 乳麦 麦	
計	栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 462kcal 984kcal たんぱく質 19.7g 31.1g 脂質 20.7g 22.8g 炭水化物 49.9g 165.1g ナトリウム 2186mg 3755mg 食塩相当量 5.5g 9.6g		栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 419kcal 941kcal たんぱく質 18.3g 29.7g 脂質 18.4g 20.5g 炭水化物 45.6g 160.8g ナトリウム 2128mg 3697mg 食塩相当量 5.4g 9.3g		栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 464kcal 986kcal たんぱく質 13.8g 25.2g 脂質 25.2g 27.3g 炭水化物 45.0g 160.2g ナトリウム 2103mg 3672mg 食塩相当量 5.3g 9.4g		栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 484kcal 1006kcal たんぱく質 17.5g 28.9g 脂質 25.3g 27.4g 炭水化物 47.5g 162.7g ナトリウム 2237mg 3806mg 食塩相当量 5.7g 9.7g		栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 440kcal 962kcal たんぱく質 17.3g 28.7g 脂質 20.3g 22.4g 炭水化物 48.5g 163.7g ナトリウム 2100mg 3669mg 食塩相当量 5.4g 9.4g	
	★全粥240g 白身のおろし煮 昆布煮豆 青菜のおひたし ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g 鶏肉のイタリアンソース煮 枝豆とかにかまの煮物 白菜と若芽の煮物 ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g 和風煮込みハンバーグ 法蓮草と油揚げの煮物 サラダスパゲティ ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g 焼肉炒め 切干大根煮 青菜のわさび和え ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g 白身の照焼き 大根とベーコンの煮物 切昆布と竹の子の煮物 ★味噌汁(とろみ)	
	乳麦 乳麦 乳麦 麦		乳麦 卵麦えか 乳麦 麦		乳麦 麦 卵乳麦 麦		乳麦 乳麦 卵乳麦 麦		乳麦 卵乳麦 乳麦 麦	

★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。

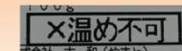
ムース食は消費者庁許可の特別用途食品(えん下困難者用食品)ではありません。
嚥下食などの食事療法として利用される場合は事前に医師にご相談ください。

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**1.5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