

「ムース食」 週間献立表

注文締切：12/9（火）

	12月22日(月)			12月23日(火)			12月24日(水)			12月25日(木)			12月26日(金)		
朝	★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g		
	牛肉と根菜の煮物			温泉玉子			五色煮豆			野菜の味噌風味			豚すき		
	メンマの中華和え			ふきの煮物			大根とひじきの煮物			白花豆煮			一夜漬		
	★味噌汁(とろみ)			★味噌汁(とろみ)			★味噌汁(とろみ)			★味噌汁(とろみ)			★味噌汁(とろみ)		
食	栄養価			栄養価			栄養価			栄養価			栄養価		
	エネルギー 137kcal			エネルギー 119kcal			エネルギー 118kcal			エネルギー 119kcal			エネルギー 71kcal		
	蛋白質 4.1g			蛋白質 4.6g			蛋白質 3.4g			蛋白質 3.4g			蛋白質 1.9g		
	脂質 6.6g			脂質 6.3g			脂質 5.2g			脂質 3.1g			脂質 2.5g		
昼	★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g		
	赤魚の味噌煮			鶏肉のカレー風味焼き			鮭の照焼			ナスと鶏肉のしぎ焼き			白身フライタルタル		
	ひじきと高野豆腐の煮物			大根煮			ブロッコリーの煮物			枝豆とかにかまの煮物			大根とベーコンの煮物		
	切干大根とベーコンの煮物			菜の花のおひたし			南瓜とハムのサラダ			白菜と若芽の煮物			法蓮草のおひたし		
食	★味噌汁(とろみ)			★味噌汁(とろみ)			★味噌汁(とろみ)			★味噌汁(とろみ)			★味噌汁(とろみ)		
	栄養価			栄養価			栄養価			栄養価			栄養価		
	エネルギー 162kcal			エネルギー 154kcal			エネルギー 208kcal			エネルギー 176kcal			エネルギー 208kcal		
	蛋白質 9.2g			蛋白質 5.9g			蛋白質 10.2g			蛋白質 4.2g			蛋白質 6.9g		
夕	★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g		
	鶏の照焼			白身のおろし煮			クリームコロッケ			赤魚の生姜煮			鶏肉のイタリアンソース煮		
	金時豆の煮物			昆布煮豆			きのこの玉子とじ			薩摩芋と切昆布の煮物			はんぺんの玉子とじ		
	若竹煮			ベーコンのごま酢和え			鶏肉のすき焼き煮			法蓮草とハムのマリネ			黒豆煮		
食	★味噌汁(とろみ)			★味噌汁(とろみ)			★味噌汁(とろみ)			★味噌汁(とろみ)			★味噌汁(とろみ)		
	栄養価			栄養価			栄養価			栄養価			栄養価		
	エネルギー 172kcal			エネルギー 205kcal			エネルギー 179kcal			エネルギー 139kcal			エネルギー 164kcal		
	蛋白質 9.4g			蛋白質 12.0g			蛋白質 7.0g			蛋白質 8.6g			蛋白質 8.1g		
合	★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g		
	鶏の照焼			白身のおろし煮			クリームコロッケ			赤魚の生姜煮			鶏肉のイタリアンソース煮		
	金時豆の煮物			昆布煮豆			きのこの玉子とじ			薩摩芋と切昆布の煮物			はんぺんの玉子とじ		
	若竹煮			ベーコンのごま酢和え			鶏肉のすき焼き煮			法蓮草とハムのマリネ			黒豆煮		
計	★味噌汁(とろみ)			★味噌汁(とろみ)			★味噌汁(とろみ)			★味噌汁(とろみ)			★味噌汁(とろみ)		
	栄養価			栄養価			栄養価			栄養価			栄養価		
	エネルギー 471kcal			エネルギー 478kcal			エネルギー 505kcal			エネルギー 434kcal			エネルギー 443kcal		
	蛋白質 22.7g			蛋白質 22.5g			蛋白質 20.6g			蛋白質 16.2g			蛋白質 16.9g		

★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。



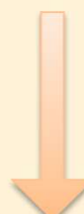
次にフタをして**15分程**温めます。追加で**火はかけません**。

- (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