

「ムース食」週間献立表

注文締切：2/17 (火)

3月2日(月)		3月3日(火)		3月4日(水)		3月5日(木)		3月6日(金)	
★全粥240g	乳麦	★全粥240g	麦	★全粥240g	乳麦	★全粥240g	卵乳麦	★全粥240g	肉団子の甘酢煮 卵乳麦
豚すき	切干大根と小松菜の煮物	麦	ブロッコリーと鶏肉の煮物	乳麦	えんどう豆とベーコン炒め	卵乳麦	肉団子の甘酢煮 卵乳麦	一夜漬	乳麦
一夜漬	ひじき煮	乳麦	ゴボウのピリ辛サラダ	卵乳麦	若芽とパインの酢の物	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
朝食									
栄養価 エネルギー	おかずセット 245kcal	フルセット 250kcal	栄養価 エネルギー	おかずセット 298kcal	フルセット 261kcal	栄養価 エネルギー	おかずセット 105kcal	フルセット 279kcal	
蛋白質	5.7g	蛋白質	0.7g	蛋白質	3.9g	蛋白質	2.6g	蛋白質	6.4g
脂質	3.2g	脂質	3.8g	脂質	4.5g	脂質	7.2g	脂質	4.0g
炭水化物	49.4g	炭水化物	10.8g	炭水化物	49.2g	炭水化物	9.9g	炭水化物	12.6g
ナトリウム	1080mg	ナトリウム	425mg	ナトリウム	948mg	ナトリウム	492mg	ナトリウム	1015mg
食塩相当量	2.7g	食塩相当量	1.1g	食塩相当量	2.4g	食塩相当量	1.3g	食塩相当量	2.6g
★全粥240g	卵乳麦	★全粥240g	和風煮込みハンバーグ	乳麦	焼肉炒め	乳麦	★全粥240g	乳麦	★全粥240g
白身フライタルタル	五色煮	卵乳麦	卵乳麦	乳麦	スパイシーチキン	乳麦	白身の味噌煮	乳麦	
大根とベーコンの煮物	青菜のわさび和え	卵乳麦	卵乳麦	乳麦	大根なます	麦	大根の千切煮	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
昼食									
栄養価 エネルギー	おかずセット 382kcal	フルセット 342kcal	栄養価 エネルギー	おかずセット 168kcal	フルセット 149kcal	栄養価 エネルギー	おかずセット 323kcal	フルセット 387kcal	エネルギー 170kcal
蛋白質	10.7g	蛋白質	4.4g	蛋白質	8.2g	蛋白質	3.3g	蛋白質	7.1g
脂質	12.2g	脂質	8.8g	脂質	9.5g	脂質	6.4g	脂質	12.7g
炭水化物	57.6g	炭水化物	16.7g	炭水化物	55.1g	炭水化物	19.4g	炭水化物	57.8g
ナトリウム	1427mg	ナトリウム	847mg	ナトリウム	1370mg	ナトリウム	836mg	ナトリウム	1359mg
食塩相当量	3.6g	食塩相当量	2.2g	食塩相当量	3.5g	食塩相当量	2.1g	食塩相当量	3.5g
★全粥240g	乳麦	★全粥240g	白身の照焼き	乳麦	★全粥240g	乳麦	★全粥240g	麦	★全粥240g
鶏肉のイタリアンソース煮	卵乳麦	鶏肉のイタリアンソース煮	鶏の西京焼き	乳麦	鮭のおろし煮	麦	とんかつ	卵乳麦	
はんぺんの玉子とじ	卵乳麦	はんぺんの玉子とじ	鶏団子の中華風	卵乳麦	きのこきんぴら	乳麦	金時豆の煮物	乳麦	ひじきとベーコンの煮物
黒豆煮	乳麦	黒豆煮	大根と竹輪の酢の物	乳麦	青菜のおひたし	乳麦	野菜の三杯酢	麦	卵乳麦
★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
夕食									
栄養価 エネルギー	おかずセット 338kcal	フルセット 320kcal	栄養価 エネルギー	おかずセット 146kcal	フルセット 161kcal	栄養価 エネルギー	おかずセット 335kcal	フルセット 193kcal	エネルギー 283kcal
蛋白質	11.9g	蛋白質	6.7g	蛋白質	10.5g	蛋白質	6.1g	蛋白質	9.9g
脂質	8.4g	脂質	5.7g	脂質	6.4g	脂質	7.0g	脂質	7.7g
炭水化物	53.8g	炭水化物	16.7g	炭水化物	55.1g	炭水化物	19.7g	炭水化物	58.1g
ナトリウム	1160mg	ナトリウム	745mg	ナトリウム	1268mg	ナトリウム	822mg	ナトリウム	1345mg
食塩相当量	3.0g	食塩相当量	1.9g	食塩相当量	3.2g	食塩相当量	2.1g	食塩相当量	3.4g
★全粥240g	乳麦	★全粥240g	白身の照焼き	乳麦	★全粥240g	乳麦	★全粥240g	麦	★全粥240g
鶏肉のイタリアンソース煮	卵乳麦	鶏肉のイタリアンソース煮	鶏の西京焼き	乳麦	鮭のおろし煮	麦	とんかつ	卵乳麦	
はんぺんの玉子とじ	卵乳麦	はんぺんの玉子とじ	鶏団子の中華風	卵乳麦	きのこきんぴら	乳麦	金時豆の煮物	乳麦	ひじきとベーコンの煮物
黒豆煮	乳麦	黒豆煮	大根と竹輪の酢の物	乳麦	青菜のおひたし	乳麦	野菜の三杯酢	麦	卵乳麦
★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
合計									
栄養価 エネルギー	おかずセット 965kcal	フルセット 912kcal	栄養価 エネルギー	おかずセット 390kcal	フルセット 434kcal	栄養価 エネルギー	おかずセット 956kcal	フルセット 493kcal	エネルギー 558kcal
蛋白質	28.3g	蛋白質	11.8g	蛋白質	23.2g	蛋白質	13.3g	蛋白質	24.7g
脂質	23.8g	脂質	18.3g	脂質	20.4g	脂質	20.6g	脂質	22.7g
炭水化物	160.8g	炭水化物	44.2g	炭水化物	159.4g	炭水化物	49.0g	炭水化物	164.2g
ナトリウム	3667mg	ナトリウム	2017mg	ナトリウム	3586mg	ナトリウム	2150mg	ナトリウム	3719mg
食塩相当量	9.3g	食塩相当量	5.2g	食塩相当量	9.1g	食塩相当量	5.5g	食塩相当量	9.5g

★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

- (a) 湯せん

- (i) 電子レンジ

- (a) 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。



- 電子レンジの参考条件

600W 20~25秒
200W 40~50秒←オススメ

【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