

「ムース食」 週間献立表

4月28日(月)		4月29日(火)		4月30日(水)		5月1日(木)		5月2日(金)	
朝	★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g
	きのこの玉子とじ	卵乳麦	鶏団子の中華風	卵乳麦	豚すき	乳麦	はんぺんの玉子とじ	卵乳麦	肉団子のソース炒め
	一夜漬	乳麦	ひじきと大豆の煮物	乳麦	若芽とパインの酢の物	麦	赤玉南瓜の煮物	麦	ゴボウのピリ辛サラダ
	★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)
食	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	71kcal	245kcal	エネルギー	98kcal	272kcal	エネルギー	89kcal	263kcal
	たんぱく質	3.2g	7.0g	たんぱく質	4.1g	7.9g	たんぱく質	2.1g	5.9g
	脂質	2.8g	3.5g	脂質	4.0g	4.7g	脂質	3.1g	3.8g
昼	★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g
	鶏の西京焼き	乳麦	鮭のおろし煮	麦	スパイシーチキン	乳麦	白身の味噌煮	乳麦	とんかつ
	五色煮	乳麦	ブロッコリーの煮物	乳麦	黒豆煮	乳麦	がんも煮	麦	鶏大根の味噌煮
	大根と竹輪の酢の物	乳麦	マリーネサラダ	卵乳麦	法蓮草とハムのマリーネ	卵乳麦	野菜の三杯酢	麦	きのこきんぴら
食	★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)
	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	156kcal	330kcal	エネルギー	210kcal	384kcal	エネルギー	209kcal	384kcal
	たんぱく質	5.1g	8.9g	たんぱく質	8.6g	12.4g	たんぱく質	8.3g	12.5g
夕	★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g
	和風煮込みハンバーグ	乳麦	焼肉炒め	乳麦	白身の照焼き	乳麦	鶏の幽庵焼き	乳麦	白身魚しんじょう
	法蓮草と油揚げの煮物	麦	切干大根煮	乳麦	大根とベーコンの煮物	卵乳麦	豚肉と大根の煮物	麦	油揚げと菜の花の煮物
	サラダスパゲティ	卵乳麦	青菜のわさび和え	卵乳麦	切昆布と竹の子の煮物	乳麦	法蓮草のおひたし	乳麦	若芽のゴマ酢和え
食	★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)
	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	236kcal	411kcal	エネルギー	175kcal	350kcal	エネルギー	141kcal	315kcal
	たんぱく質	5.5g	9.3g	たんぱく質	4.7g	8.6g	たんぱく質	6.5g	10.3g
合	★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g
	鶏の西京焼き	乳麦	鮭のおろし煮	麦	スパイシーチキン	乳麦	白身の味噌煮	乳麦	とんかつ
	五色煮	乳麦	ブロッコリーの煮物	乳麦	黒豆煮	乳麦	がんも煮	麦	鶏大根の味噌煮
	大根と竹輪の酢の物	乳麦	マリーネサラダ	卵乳麦	法蓮草とハムのマリーネ	卵乳麦	野菜の三杯酢	麦	きのこきんぴら
計	★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)
	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	463kcal	986kcal	エネルギー	483kcal	1006kcal	エネルギー	439kcal	962kcal
	たんぱく質	13.8g	25.2g	たんぱく質	17.4g	28.9g	たんぱく質	16.9g	28.7g

★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。

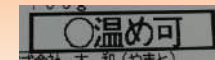
ムース食は消費者庁許可の特別用途食品(えん下困難者用食品)ではありません。
嚥下食などの食事療法として利用される場合は事前に医師にご相談ください。

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

「ムース食」 週間献立表

		5月5日(月)			5月6日(火)			5月7日(水)			5月8日(木)			5月9日(金)		
朝	食	★全粥240g 牛肉と根菜の煮物 乳麦 メンマの中華和え 乳麦か ★味噌汁(とろみ) 麦			★全粥240g 温泉玉子 卵麦 ふきの煮物 乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦			★全粥240g 五色煮豆 卵麦 大根とひじきの煮物 麦 ★味噌汁(とろみ) 麦			★全粥240g 野菜の味噌風味 乳麦 白花豆煮 麦 ★味噌汁(とろみ) 麦			★全粥240g 豚すき 乳麦 一夜漬 乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦		
昼	食	栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 137kcal 311kcal 蛋白質 4.1g 7.9g 脂質 6.6g 7.3g 炭水化物 15.4g 53.8g ナトリウム 726mg 1249mg 食塩相当量 1.8g 3.2g			栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 119kcal 293kcal 蛋白質 4.6g 8.4g 脂質 6.3g 7.0g 炭水化物 10.7g 49.1g ナトリウム 612mg 1135mg 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 118kcal 292kcal 蛋白質 3.4g 7.2g 脂質 5.2g 5.9g 炭水化物 15.6g 54.0g ナトリウム 574mg 1097mg 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 119kcal 293kcal 蛋白質 3.4g 7.2g 脂質 3.1g 3.8g 炭水化物 21.3g 59.7g ナトリウム 421mg 944mg 食塩相当量 1.1g 2.4g			栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 71kcal 245kcal 蛋白質 1.9g 5.7g 脂質 2.5g 3.2g 炭水化物 11.0g 49.4g ナトリウム 557mg 1080mg 食塩相当量 1.4g 2.7g		
		★全粥240g 赤魚の味噌煮 乳麦 ひじきと高野豆腐の煮物 乳麦 切干大根とベーコンの煮物 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 大根煮 乳麦 菜の花のおひたし 乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦			★全粥240g 鮭の照焼 麦 ブロッコリーの煮物 乳麦 南瓜とハムのサラダ 卵乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦			★全粥240g ナスと鶏肉のしぎ焼き 乳麦落 枝豆とかにかまの煮物 卵麦えか 白菜と若芽の煮物 乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦			★全粥240g 白身フライタルタル 卵乳麦 大根とベーコンの煮物 卵乳麦 法蓮草のおひたし 乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦		
夕	食	栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 162kcal 336kcal 蛋白質 9.2g 13.0g 脂質 6.8g 7.5g 炭水化物 15.5g 53.9g 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 154kcal 328kcal 蛋白質 5.9g 9.7g 脂質 6.5g 7.2g 炭水化物 17.4g 55.8g ナトリウム 811mg 1334mg 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 208kcal 382kcal 蛋白質 10.1g 13.9g 脂質 10.8g 11.5g 炭水化物 18.1g 56.5g ナトリウム 849mg 1372mg 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 176kcal 350kcal 蛋白質 4.2g 8.0g 脂質 9.8g 10.5g 炭水化物 18.6g 57.0g ナトリウム 788mg 1311mg 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 208kcal 382kcal 蛋白質 6.9g 10.7g 脂質 11.5g 12.2g 炭水化物 19.2g 57.6g ナトリウム 904mg 1427mg 食塩相当量 2.3g 3.6g		
		★全粥240g 鶏の照焼 乳麦 金時豆の煮物 乳麦 若竹煮 麦 ★味噌汁(とろみ) 麦			★全粥240g 白身のおろし煮 乳麦 昆布煮豆 乳麦 ベーコンのごま酢和え 卵乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦			★全粥240g クリームコロッケ 乳麦か きのこの玉子とじ 卵乳麦 鶏肉のすき焼き煮 麦 ★味噌汁(とろみ) 麦			★全粥240g 赤魚の生姜煮 乳麦 薩摩芋と切昆布の煮物 乳麦 法蓮草とハムのマリネ 卵乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦			★全粥240g 鶏肉のイタリアンソース煮 乳麦 はんぺんの玉子とじ 卵乳麦 黒豆煮 乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦		
合	計	栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 471kcal 993kcal 蛋白質 22.7g 34.1g 脂質 19.8g 21.9g 炭水化物 52.1g 167.3g ナトリウム 2307mg 3876mg 食塩相当量 5.8g 9.8g			栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 478kcal 1000kcal 蛋白質 22.5g 33.9g 脂質 22.0g 24.1g 炭水化物 47.1g 162.3g ナトリウム 2365mg 3934mg 食塩相当量 6.1g 10.0g			栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 505kcal 1027kcal 蛋白質 20.5g 31.9g 脂質 25.0g 27.1g 炭水化物 51.1g 166.3g ナトリウム 2118mg 3687mg 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 433kcal 955kcal 蛋白質 16.1g 27.5g 脂質 17.5g 19.6g 炭水化物 56.6g 171.8g ナトリウム 2174mg 3743mg 食塩相当量 5.6g 9.5g			栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 443kcal 965kcal 蛋白質 16.9g 28.3g 脂質 21.7g 23.8g 炭水化物 45.6g 160.8g ナトリウム 2098mg 3667mg 食塩相当量 5.3g 9.3g		

★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。



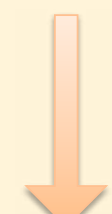
次にフタをして**15分**程温めます。追加で**火はかけません**。

- (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

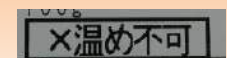
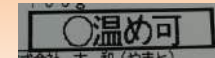
「ムース食」 週間献立表

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	★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g
	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	豚肉と大根の煮物	麦	牛肉と根菜の煮物	乳麦	きのこの玉子とじ
	若芽とパインの酢の物	麦	一夜漬	乳麦	若芽のゴマ酢和え	麦	昆布の佃煮	麦	法蓮草とハムのマリネ
	★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)
食	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	87kcal	261kcal	エネルギー	105kcal	279kcal	エネルギー	103kcal	277kcal
	蛋白質	2.6g	6.4g	蛋白質	2.6g	6.4g	蛋白質	2.9g	6.7g
	脂質	3.3g	4.0g	脂質	4.8g	5.5g	脂質	4.0g	7.8g
	炭水化物	12.6g	51.0g	炭水化物	13.3g	51.7g	炭水化物	17.2g	55.6g
	ナトリウム	561mg	1084mg	ナトリウム	584mg	1107mg	ナトリウム	626mg	1149mg
	食塩相当量	1.4g	2.8g	食塩相当量	1.5g	2.8g	食塩相当量	1.6g	2.9g
	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	213kcal	387kcal	エネルギー	169kcal	343kcal	エネルギー	196kcal	370kcal
	蛋白質	6.0g	9.8g	蛋白質	8.9g	12.7g	蛋白質	8.0g	11.8g
昼	★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g
	スパイシーチキン	乳麦	白身の味噌煮	乳麦	鶏の幽庵焼き	乳麦	鮭の西京焼	乳麦	豚肉の生姜焼
	大根と椎茸の煮物	麦	大根の千切煮	乳麦	昆布煮豆	乳麦	油揚げと菜の花の煮物	麦	切干大根とベーコンの煮物
	マリネサラダ	卵乳麦	もやしサラダ	卵乳麦	ハムとブロッコリーのマリネ	卵乳麦	メンマの中華和え	乳麦	若芽の酢味噌和え
食	★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)
	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	213kcal	387kcal	エネルギー	169kcal	343kcal	エネルギー	196kcal	370kcal
	蛋白質	6.0g	9.8g	蛋白質	8.9g	12.7g	蛋白質	8.0g	11.8g
	脂質	12.7g	13.4g	脂質	7.2g	7.9g	脂質	8.4g	9.1g
	炭水化物	18.7g	57.1g	炭水化物	17.3g	55.7g	炭水化物	21.3g	59.7g
	ナトリウム	794mg	1317mg	ナトリウム	936mg	1459mg	ナトリウム	868mg	1391mg
	食塩相当量	2.0g	3.3g	食塩相当量	2.4g	3.7g	食塩相当量	2.2g	3.5g
	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	193kcal	367kcal	エネルギー	283kcal	457kcal	エネルギー	173kcal	347kcal
夕食	★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g
	鮭のおろし煮	麦	とんかつ	卵乳麦	白身魚しんじょう	卵乳麦	鶏肉のデミソース煮	乳麦	赤魚の味噌煮
	金時豆の煮物	乳麦	ひじきとベーコンの煮物	卵乳麦	がんも煮	麦	白菜と麩の玉子とじ	卵乳麦	赤玉南瓜の煮物
	野菜の三杯酢	麦	サラダスパゲティ	卵乳麦	菜の花の辛子和え	乳麦	大豆大根煮	卵乳麦	ブロッコリーの煮物
食	★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)
	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	193kcal	367kcal	エネルギー	283kcal	457kcal	エネルギー	173kcal	347kcal
	蛋白質	9.4g	13.2g	蛋白質	4.5g	8.3g	蛋白質	6.7g	10.5g
	脂質	7.2g	7.9g	脂質	20.1g	20.8g	脂質	9.7g	10.4g
	炭水化物	24.5g	62.9g	炭水化物	20.4g	58.8g	炭水化物	15.2g	53.6g
	ナトリウム	647mg	1170mg	ナトリウム	804mg	1327mg	ナトリウム	726mg	1249mg
	食塩相当量	1.6g	3.0g	食塩相当量	2.0g	3.4g	食塩相当量	1.8g	3.2g
	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	493kcal	1015kcal	エネルギー	557kcal	1079kcal	エネルギー	511kcal	1033kcal
合計	蛋白質	18.0g	29.4g	蛋白質	16.0g	27.4g	蛋白質	18.1g	29.5g
	脂質	23.2g	25.3g	脂質	32.1g	34.2g	脂質	25.0g	27.1g
	炭水化物	55.8g	171.0g	炭水化物	51.0g	166.2g	炭水化物	53.7g	168.9g
	ナトリウム	2002mg	3571mg	ナトリウム	2324mg	3893mg	ナトリウム	2220mg	3789mg
計	食塩相当量	5.0g	9.1g	食塩相当量	5.9g	9.9g	食塩相当量	5.6g	9.6g
	★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。								

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

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。