

「ムース食」 週間献立表

		1月19日(月)		1月20日(火)		1月21日(水)		1月22日(木)		1月23日(金)		
朝	★全粥240g	豚すき 乳麦		★全粥240g		はんべんの玉子とじ 卵乳麦		★全粥240g		肉団子のソース炒め 卵乳麦		
		若芽とバインの酢の物 麦		赤玉南瓜の煮物 麦		ゴボウのピリ辛サラダ 卵乳麦		大根の千切煮 乳麦		白菜と麩の玉子とじ 卵乳麦		
	★味噌汁(とろみ)	麦		★味噌汁(とろみ)		麦		★味噌汁(とろみ)		麦		
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	栄養価	おかずセット	フルセット
	エネルギー	89kcal	263kcal	エネルギー	122kcal	296kcal	エネルギー	132kcal	306kcal	エネルギー	91kcal	265kcal
	たんぱく質	2.1g	5.9g	たんぱく質	3.6g	7.4g	たんぱく質	3.9g	7.7g	たんぱく質	2.9g	6.7g
	脂質	3.1g	3.8g	脂質	4.5g	5.2g	脂質	6.9g	7.6g	脂質	3.1g	3.8g
	炭水化物	13.8g	52.2g	炭水化物	16.8g	55.2g	炭水化物	13.3g	51.7g	炭水化物	14.1g	52.5g
ナトリウム	532mg	1055mg	ナトリウム	453mg	976mg	ナトリウム	602mg	1125mg	ナトリウム	462mg	985mg	
食塩相当量	1.4g	2.7g	食塩相当量	1.2g	2.5g	食塩相当量	1.5g	2.9g	食塩相当量	1.2g	2.5g	
昼	★全粥240g	スパイシーチキン 乳麦		★全粥240g		白身の味噌煮 乳麦		★全粥240g		とんかつ 卵乳麦		
		黒豆煮 乳麦		がんも煮 麦		鶏大根の味噌煮 乳麦		ひじきとベーコンの煮物 卵乳麦		鮭の西京焼 乳麦		
	★味噌汁(とろみ)	麦		★味噌汁(とろみ)		麦		★味噌汁(とろみ)		麦		
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	栄養価	おかずセット	フルセット
	エネルギー	211kcal	385kcal	エネルギー	184kcal	358kcal	エネルギー	197kcal	371kcal	エネルギー	207kcal	381kcal
	たんぱく質	8.8g	12.6g	たんぱく質	8.9g	12.7g	たんぱく質	5.4g	9.2g	たんぱく質	8.6g	12.4g
	脂質	11.5g	12.2g	脂質	8.4g	9.1g	脂質	10.1g	10.8g	脂質	9.5g	10.2g
	炭水化物	18.0g	56.4g	炭水化物	17.9g	56.3g	炭水化物	21.3g	59.7g	炭水化物	20.8g	59.2g
ナトリウム	748mg	1271mg	ナトリウム	825mg	1348mg	ナトリウム	854mg	1377mg	ナトリウム	967mg	1490mg	
食塩相当量	1.9g	3.2g	食塩相当量	2.1g	3.4g	食塩相当量	2.2g	3.5g	食塩相当量	2.5g	3.8g	
夕	★全粥240g	白身の照焼き 乳麦		★全粥240g		鶏の幽庵焼き 乳麦		★全粥240g		白身魚しんじょう 卵乳麦		
		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 麦		鶏肉のデミソース煮 乳麦		竹輪の五色きんぴら 乳麦		
	★味噌汁(とろみ)	麦		★味噌汁(とろみ)		麦		★味噌汁(とろみ)		麦		
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	栄養価	おかずセット	フルセット
	エネルギー	141kcal	315kcal	エネルギー	180kcal	354kcal	エネルギー	196kcal	370kcal	エネルギー	187kcal	361kcal
	たんぱく質	6.5g	10.3g	たんぱく質	7.6g	11.4g	たんぱく質	4.7g	8.5g	たんぱく質	6.9g	10.7g
	脂質	5.7g	6.4g	脂質	7.8g	8.5g	脂質	10.2g	10.9g	脂質	9.9g	10.6g
	炭水化物	16.7g	55.1g	炭水化物	18.5g	56.9g	炭水化物	20.5g	58.9g	炭水化物	16.4g	54.8g
ナトリウム	808mg	1331mg	ナトリウム	839mg	1362mg	ナトリウム	768mg	1291mg	ナトリウム	855mg	1378mg	
食塩相当量	2.1g	3.4g	食塩相当量	2.1g	3.5g	食塩相当量	2.0g	3.3g	食塩相当量	2.2g	3.5g	
合計	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	441kcal	963kcal	エネルギー	486kcal	1008kcal	エネルギー	525kcal	1047kcal	エネルギー	485kcal	1007kcal
	たんぱく質	17.4g	28.8g	たんぱく質	20.1g	31.5g	たんぱく質	14.0g	25.4g	たんぱく質	18.4g	29.8g
	脂質	20.3g	22.4g	脂質	20.7g	22.8g	脂質	27.2g	29.3g	脂質	22.5g	24.6g
	炭水化物	48.5g	163.7g	炭水化物	53.2g	168.4g	炭水化物	55.1g	170.3g	炭水化物	51.3g	166.5g
ナトリウム	2088mg	3657mg	ナトリウム	2117mg	3686mg	ナトリウム	2224mg	3793mg	ナトリウム	2284mg	3853mg	
食塩相当量	5.4g	9.3g	食塩相当量	5.4g	9.4g	食塩相当量	5.7g	9.7g	食塩相当量	5.9g	9.8g	

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ことがあります
※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

★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。

「ムース食」 週間献立表

		1月26日(月)		1月27日(火)		1月28日(水)		1月29日(木)		1月30日(金)					
朝	★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g				
	五色煮豆	卵麦	野菜の味噌風味	乳麦	豚すき	乳麦	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					
	大根とひじきの煮物	麦	白花豆煮	麦	一夜漬	乳麦	ひじき煮	乳麦	ゴボウのピリ辛サラダ	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					
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	栄養価	おかずセット	フルセット			
	エネルギー	118kcal	292kcal	エネルギー	119kcal	293kcal	エネルギー	71kcal	245kcal	エネルギー	76kcal	250kcal	エネルギー	124kcal	298kcal
	蛋白質	3.4g	7.2g	蛋白質	3.4g	7.2g	蛋白質	1.9g	5.7g	蛋白質	0.7g	4.5g	蛋白質	3.9g	7.7g
	脂質	5.2g	5.9g	脂質	3.1g	3.8g	脂質	2.5g	3.2g	脂質	3.8g	4.5g	脂質	7.2g	7.9g
昼	★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g				
	鮭の照焼	麦	ナスと鶏肉のしぎ焼き	乳麦落	白身フライタル	卵乳麦	和風煮込みハンバーグ	乳麦	焼肉炒め	乳麦					
	ブロッコリーの煮物	乳麦	枝豆とかにかまの煮物	卵麦えか	大根とベーコンの煮物	卵乳麦	五色煮	乳麦	切昆布と竹の子の煮物	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					
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	栄養価	おかずセット	フルセット			
	エネルギー	208kcal	382kcal	エネルギー	176kcal	350kcal	エネルギー	208kcal	382kcal	エネルギー	168kcal	342kcal	エネルギー	149kcal	323kcal
	蛋白質	10.2g	14.0g	蛋白質	4.2g	8.0g	蛋白質	6.9g	10.7g	蛋白質	4.4g	8.2g	蛋白質	3.3g	7.1g
	脂質	10.8g	11.5g	脂質	9.9g	10.6g	脂質	11.5g	12.2g	脂質	8.8g	9.5g	脂質	6.4g	7.1g
夕	★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g				
	クリームコロッケ	乳麦か	赤魚の生姜煮	乳麦	鶏肉のイタリアンソース煮	乳麦	白身の照焼き	乳麦	鶏の西京焼き	乳麦					
	きのこの玉子とじ	卵乳麦	薩摩芋と切昆布の煮物	乳麦	はんぺんの玉子とじ	卵乳麦	鶏団子の中華風	卵乳麦か	きのこきんぴら	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					
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	栄養価	おかずセット	フルセット			
	エネルギー	179kcal	353kcal	エネルギー	139kcal	313kcal	エネルギー	164kcal	338kcal	エネルギー	146kcal	320kcal	エネルギー	161kcal	335kcal
	蛋白質	7.0g	10.8g	蛋白質	8.6g	12.4g	蛋白質	8.1g	11.9g	蛋白質	6.7g	10.5g	蛋白質	6.1g	9.9g
	脂質	9.0g	9.7g	脂質	4.6g	5.3g	脂質	7.7g	8.4g	脂質	5.7g	6.4g	脂質	7.0g	7.7g
計	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	505kcal	1027kcal	エネルギー	434kcal	956kcal	エネルギー	443kcal	965kcal	エネルギー	390kcal	912kcal	エネルギー	434kcal	956kcal
	蛋白質	20.6g	32.0g	蛋白質	16.2g	27.6g	蛋白質	16.9g	28.3g	蛋白質	11.8g	23.2g	蛋白質	13.3g	24.7g
	脂質	25.0g	27.1g	脂質	17.6g	19.7g	脂質	21.7g	23.8g	脂質	18.3g	20.4g	脂質	20.6g	22.7g

★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ことがあります
※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

	2月2日(月)			2月3日(火)			2月4日(水)			2月5日(木)			2月6日(金)		
朝	★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g		
	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 卵乳麦			豚すき 乳麦			鶏大根の味噌煮 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 卵乳麦			切干大根煮 乳麦			薩摩芋と切昆布の煮物 乳麦		
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) 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	103kcal	280kcal	エネルギー	142kcal	319kcal	エネルギー	97kcal	274kcal	エネルギー	91kcal	268kcal	エネルギー	87kcal	264kcal
昼	★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g		
	鶏の幽庵焼き 乳麦			鮭の西京焼 乳麦			豚肉の生姜焼 乳麦			白身の竜田揚げ 乳麦			クリームコロッケ 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 卵乳麦			肉団子のソース炒め 卵乳麦			枝豆とかにかまの煮物 卵麦えか		
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) 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	193kcal	370kcal	エネルギー	196kcal	373kcal	エネルギー	162kcal	339kcal	エネルギー	211kcal	388kcal	エネルギー	183kcal	360kcal
夕	★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g		
	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 乳麦			鶏肉のカレー風味焼き 乳麦			赤魚の生姜煮 乳麦		
	がんと煮 麦			白菜と麩の玉子とじ 卵乳麦			赤玉南瓜の煮物 麦			ひじきと高野豆腐の煮物 乳麦			鶏つくねとフキの煮物 卵乳麦		
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) 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	208kcal	385kcal	エネルギー	173kcal	350kcal	エネルギー	196kcal	373kcal	エネルギー	161kcal	338kcal	エネルギー	182kcal	359kcal
合	★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g		
	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 乳麦			鶏肉のカレー風味焼き 乳麦			赤魚の生姜煮 乳麦		
	がんと煮 麦			白菜と麩の玉子とじ 卵乳麦			赤玉南瓜の煮物 麦			ひじきと高野豆腐の煮物 乳麦			鶏つくねとフキの煮物 卵乳麦		
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) 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	504kcal	1035kcal	エネルギー	511kcal	1042kcal	エネルギー	455kcal	986kcal	エネルギー	463kcal	994kcal	エネルギー	452kcal	983kcal

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**火ほかけ**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

★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。