

# 「ムース食」週間献立表

1月12日(月)		1月13日(火)		1月14日(水)		1月15日(木)		1月16日(金)	
★全粥240g 鶏つくねとフキの煮物 菜の花のおひたし ★味噌汁(とろみ)	卵乳麦 温泉玉子 一夜漬 麦	★全粥240g 卵麦 乳麦 麦	温泉玉子 卵麦 若竹煮 麦	★全粥240g 金時豆の煮物 若竹煮 麦	乳麦 麦 麦	★全粥240g 五目豆腐煮 大根なます ★味噌汁(とろみ)	乳麦 麦 麦	★全粥240g プ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)	乳麦 麦 麦
朝食									
栄養価 エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	108kcal 282kcal 2.7g 4.7g 13.2g 565mg 1.4g	104kcal 278kcal 4.5g 5.6g 51.6g 1088mg 2.8g	95kcal 269kcal 8.3g 6.3g 47.0g 1128mg 食塩相当量	95kcal 269kcal 4.4g 2.4g 16.4g 437mg 1.1g	95kcal 269kcal 8.2g 3.1g 54.8g 960mg 2.4g	107kcal 281kcal 2.3g 4.0g 12.4g 50.8g 1.3g	107kcal 281kcal 5.2g 4.2g 11.7g 50.1g 2.7g	107kcal 281kcal 9.0g 4.9g 50.1g 1078mg 2.7g	
昼食									
★全粥240g 赤魚の味噌煮 薩摩芋と切昆布の煮物 もやしサラダ ★味噌汁(とろみ)	乳麦 鶏肉のカレー風味焼き 乳麦 牛肉と根菜の煮物 卵乳麦 麦	★全粥240g 鮭の照焼 ひじきと高野豆腐の煮物 メンマの中華和え ★味噌汁(とろみ)	乳麦 麦 乳麦 乳麦 麦	★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)	乳麦か 麦 麦 卵乳麦 麦	★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)	乳麦 乳麦 卵乳麦 卵乳麦 麦	★全粥240g ★全粥240g ★全粥240g ★全粥240g ★全粥240g	
食									
栄養価 エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	169kcal 343kcal 7.7g 7.1g 18.9g 998mg 2.5g	202kcal 376kcal 11.5g 7.8g 57.3g 1521mg 3.9g	165kcal 339kcal 7.4g 10.4g 19.8g 1014mg 食塩相当量	165kcal 339kcal 9.2g 8.1g 58.2g 818mg 2.1g	177kcal 351kcal 13.0g 8.1g 54.2g 1341mg 3.4g	179kcal 353kcal 6.2g 8.9g 54.2g 758mg 1.9g	179kcal 353kcal 10.0g 9.6g 56.2g 1281mg 3.3g	179kcal 353kcal 8.1g 7.8g 56.2g 861mg 2.2g	179kcal 353kcal 11.9g 8.5g 57.4g 1384mg 3.5g
夕食									
★全粥240g 豚肉の生姜焼 大根の千切煮 ひじきとベーコンの煮物 ★味噌汁(とろみ)	乳麦 白身フライタルタル 乳麦 大豆大根煮 卵乳麦 麦	★全粥240g ナスと鶏肉のしげ焼き 卵乳麦 白菜と麩の玉子とじ 卵乳麦 ハムとプロッコリーのマリーヌ ★味噌汁(とろみ)	卵乳麦 乳麦落 卵乳麦 卵乳麦 卵乳麦 麦	★全粥240g 白身のおろし煮 卵乳麦 昆布煮豆 卵乳麦 青菜のおひたし ★味噌汁(とろみ)	乳麦 乳麦 乳麦 乳麦 乳麦 麦	★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)	乳麦 卵麦えか 乳麦 乳麦 乳麦 麦	★全粥240g ★全粥240g ★全粥240g ★全粥240g ★全粥240g	
食									
栄養価 エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	160kcal 334kcal 6.5g 7.4g 16.8g 745mg 1.9g	206kcal 380kcal 10.3g 8.1g 55.2g 1268mg 3.2g	199kcal 373kcal 4.9g 12.6g 18.7g 849mg 食塩相当量	199kcal 373kcal 6.3g 11.7g 17.2g 819mg 2.1g	190kcal 364kcal 10.1g 12.4g 55.6g 1342mg 3.4g	190kcal 364kcal 11.2g 7.8g 19.7g 901mg 2.3g	190kcal 364kcal 15.0g 8.5g 58.1g 1424mg 3.6g	190kcal 364kcal 5.1g 6.4g 7.1g 703mg 3.1g	190kcal 364kcal 8.9g 7.1g 53.3g 1226mg 3.1g
合計									
栄養価 エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	437kcal 959kcal 16.9g 19.2g 48.9g 2308mg 5.8g	512kcal 1034kcal 16.8g 21.3g 47.1g 3877mg 9.9g	459kcal 981kcal 19.9g 21.5g 49.4g 4037mg 6.3g	459kcal 981kcal 31.3g 23.6g 164.6g 2074mg 10.3g	462kcal 984kcal 19.7g 20.7g 49.9g 3643mg 5.3g	462kcal 984kcal 31.1g 22.8g 165.1g 2186mg 9.2g	462kcal 984kcal 18.4g 18.4g 45.6g 3755mg 9.6g	462kcal 984kcal 29.8g 20.5g 160.8g 3755mg 9.3g	462kcal 984kcal 20.5g 20.5g 3688mg 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。

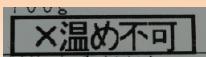
嚥下食などの食事療法として利用される場合は事前に医師にご相談ください。

## 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

(a) 湯せん

(i) 電子レンジ

(a) 湯せん

鍋に60°C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。

(i) 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



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ことがあります

## 「ムース食」 週間献立表

# 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

(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

【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

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。

云々大長は消費音響計測の特別用測定品(元々「田舎音用」)ではあります。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)	
★全粥240g 五色煮豆 大根とひじきの煮物 ★味噌汁(とろみ)	卵麦 野菜の味噌風味 白花豆煮 ★味噌汁(とろみ)	★全粥240g 卵麦 麦 ★味噌汁(とろみ)	★全粥240g 乳麦 麦 ★味噌汁(とろみ)	★全粥240g 豚すき 一夜漬 ★味噌汁(とろみ)	乳麦 乳麦 麦	★全粥240g 切干大根と小松菜の煮物 ひじき煮 ★味噌汁(とろみ)	麦 乳麦 麦	★全粥240g プロッコリーと鶏肉の煮物 ゴボウのピリ辛サラダ ★味噌汁(とろみ)	乳麦 卵乳麦 麦
朝食									
栄養価 エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	おかずセット 292kcal 7.2g 5.9g 15.6g 574mg 1.5g	フルセット 293kcal 3.4g 3.1g 21.3g 421mg 2.8g	栄養価 エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	おかずセット 293kcal 7.2g 3.8g 59.7g 944mg 2.4g	フルセット 245kcal 1.9g 2.5g 11.0g 557mg 1.4g	栄養価 エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	おかずセット 245kcal 5.7g 3.2g 49.4g 1080mg 2.7g	フルセット 250kcal 0.7g 4.5g 10.8g 425mg 2.4g	エネルギー 124kcal 3.9g 7.2g 9.9g 492mg 1.3g
昼食	★全粥240g 鮭の照焼 プロッコリーの煮物 南瓜とハムのサラダ ★味噌汁(とろみ)	★全粥240g ナスと鶏肉のしげ焼き 枝豆とかにまの煮物 白菜と若芽の煮物 ★味噌汁(とろみ)	★全粥240g 乳麦落 卵乳麦 卵乳麦 ★味噌汁(とろみ)	★全粥240g 白身フライタルタル 卵乳麦 法蓮草のおひたし ★味噌汁(とろみ)	★全粥240g 卵乳麦 卵乳麦 卵乳麦 ★味噌汁(とろみ)	★全粥240g 和風煮込みハンバーグ 五色煮 青菜のわさび和え ★味噌汁(とろみ)	★全粥240g 乳麦 乳麦 卵乳麦 ★味噌汁(とろみ)	★全粥240g 焼肉炒め 切昆布と竹の子の煮物 大根なます ★味噌汁(とろみ)	乳麦 乳麦 麦 麦
栄養価 エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	292kcal 119kcal 7.2g 5.9g 54.0g 1097mg 1.1g	293kcal 119kcal 7.2g 3.8g 21.3g 421mg 1.1g	293kcal 71kcal 1.9g 3.2g 11.0g 557mg 1.4g	245kcal 76kcal 5.7g 3.2g 49.4g 1080mg 2.7g	245kcal 76kcal 0.7g 4.5g 10.8g 425mg 2.4g	250kcal 124kcal 3.9g 4.5g 49.2g 948mg 2.4g	250kcal 124kcal 7.7g 7.9g 48.3g 1015mg 2.6g	293kcal 124kcal 7.7g 7.9g 48.3g 1015mg 2.6g	
夕食	★全粥240g クリームコロッケ きのこの玉子とじ 鶏肉のすき焼き煮 ★味噌汁(とろみ)	★全粥240g 赤魚の生姜煮 薩摩芋と切昆布の煮物 法蓮草とハムのマリーヌ ★味噌汁(とろみ)	★全粥240g 乳麦 卵乳麦 卵乳麦 ★味噌汁(とろみ)	★全粥240g 鶏肉のイタリアンソース煮 はんぺんの玉子とじ 黒豆煮 ★味噌汁(とろみ)	★全粥240g 白身の照焼き 卵乳麦 乳麦 ★味噌汁(とろみ)	★全粥240g 鶏の西京焼き 卵乳麦 青菜のおひたし ★味噌汁(とろみ)	★全粥240g 乳麦 乳麦 卵乳麦 ★味噌汁(とろみ)	★全粥240g 鶏の西京焼き きのこきんぴら 青菜のおひたし ★味噌汁(とろみ)	乳麦 乳麦 乳麦 麦
栄養価 エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	382kcal 176kcal 14.0g 11.5g 56.5g 1363mg 2.0g	382kcal 176kcal 4.2g 9.9g 18.6g 792mg 2.0g	350kcal 208kcal 8.0g 10.6g 57.0g 1315mg 3.3g	382kcal 208kcal 6.9g 11.5g 19.2g 904mg 2.3g	382kcal 168kcal 10.7g 12.2g 57.6g 1427mg 3.6g	342kcal 168kcal 4.4g 8.8g 16.7g 847mg 2.2g	342kcal 149kcal 8.2g 9.5g 55.1g 1370mg 3.5g	323kcal 149kcal 3.3g 6.4g 55.1g 836mg 2.1g	323kcal 149kcal 7.1g 7.1g 57.8g 1359mg 3.5g
合計	★全粥240g エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	★全粥240g エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	★全粥240g エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	★全粥240g エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	★全粥240g エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	★全粥240g エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	★全粥240g エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	★全粥240g エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	★全粥240g エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量
栄養価 エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	505kcal 1027kcal 32.0g 27.1g 166.3g 2109mg 5.4g	434kcal 956kcal 16.2g 19.7g 56.6g 3678mg 9.4g	443kcal 965kcal 16.9g 21.7g 45.6g 3735mg 9.5g	443kcal 965kcal 28.3g 23.8g 160.8g 3667mg 9.3g	390kcal 912kcal 11.8g 18.3g 44.2g 2017mg 9.3g	390kcal 912kcal 23.2g 20.4g 55.4g 3586mg 9.1g	390kcal 912kcal 13.3g 20.6g 49.0g 2150mg 5.5g	434kcal 956kcal 24.7g 22.7g 164.2g 3719mg 9.5g	434kcal 956kcal 24.7g 22.7g 164.2g 3719mg 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°C 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**。

(i) 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



お皿に盛付けて完成です

### 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ことがあります