

「ムース食」 週間献立表

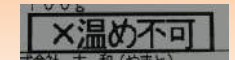
		2月9日(月)		2月10日(火)		2月11日(水)		2月12日(木)		2月13日(金)	
朝	食	★全粥240g 鶏団子の中華風 一夜漬 ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g 五色煮 若芽のゴマ酢和え ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g がんと煮 大根と竹輪の酢の物 ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g 肉団子の甘酢煮 昆布の佃煮 ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g 切干大根と小松菜の煮物 ベーコンのごま酢和え ★味噌汁(とろみ)	
		卵乳麦か 乳麦 麦		乳麦 麦 麦		麦 乳麦 麦		卵乳麦 麦 麦		麦 卵乳麦 麦	
昼	食	栄養価 エネルギー 76kcal たんぱく質 2.9g 脂質 2.8g 炭水化物 10.3g ナトリウム 547mg 食塩相当量 1.4g		フルセット 253kcal たんぱく質 6.6g 脂質 3.5g 炭水化物 48.4g ナトリウム 1069mg 食塩相当量 2.7g		フルセット 269kcal たんぱく質 5.2g 脂質 4.6g 炭水化物 50.2g ナトリウム 1037mg 食塩相当量 2.6g		フルセット 299kcal たんぱく質 7.0g 脂質 7.5g 炭水化物 49.4g ナトリウム 996mg 食塩相当量 2.5g		フルセット 313kcal たんぱく質 6.6g 脂質 7.3g 炭水化物 55.3g ナトリウム 1100mg 食塩相当量 2.8g	
		★全粥240g 鮭のおろし煮 ふきの煮物 えんどう豆とベーコン炒め ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g スパイシーチキン はんぺんの玉子とじ 大根煮 ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g とんかつ 黒豆煮 マリーネサラダ ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g 白身の味噌煮 五色煮豆 法蓮草のおひたし ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g 鶏の照焼 赤玉南瓜の煮物 きのこきんぴら ★味噌汁(とろみ)	
		麦 乳麦 卵乳麦 麦		乳麦 卵乳麦 乳麦 麦		卵乳麦 乳麦 卵乳麦 麦		乳麦 卵麦 乳麦 麦		乳麦 麦 乳麦 麦	
夕	食	栄養価 エネルギー 172kcal たんぱく質 7.8g 脂質 8.1g 炭水化物 17.7g ナトリウム 816mg 食塩相当量 2.1g		フルセット 349kcal たんぱく質 11.5g 脂質 8.8g 炭水化物 55.8g ナトリウム 1338mg 食塩相当量 3.4g		フルセット 365kcal たんぱく質 10.3g 脂質 10.7g 炭水化物 55.1g ナトリウム 1270mg 食塩相当量 3.2g		フルセット 404kcal たんぱく質 9.2g 脂質 14.5g 炭水化物 58.2g ナトリウム 1202mg 食塩相当量 3.1g		フルセット 364kcal たんぱく質 14.2g 脂質 8.1g 炭水化物 57.7g ナトリウム 1419mg 食塩相当量 3.6g	
		★全粥240g 焼肉炒め 白菜と若芽の煮物 大根なます ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g 白身の照焼き ブロッコリーと鶏肉の煮物 サラダスパゲティ ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g 鮭の西京焼 油揚げと菜の花の煮物 若芽とパインの酢の物 ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g 鶏肉のデミソース煮 ひじき煮 大根とベーコンの煮物 ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g 白身の竜田揚げ 白花豆煮 ゴボウのピリ辛サラダ ★味噌汁(とろみ)	
		乳麦 乳麦 麦 麦		乳麦 乳麦 卵乳麦 麦		乳麦 麦 麦 麦		乳麦 乳麦 卵乳麦 麦		乳麦 麦 卵乳麦 麦	
合	計	栄養価 エネルギー 397kcal たんぱく質 13.9g 脂質 17.6g 炭水化物 47.2g ナトリウム 2152mg 食塩相当量 5.5g		フルセット 928kcal たんぱく質 25.0g 脂質 19.7g 炭水化物 161.5g ナトリウム 3718mg 食塩相当量 9.4g		フルセット 1045kcal たんぱく質 26.6g 脂質 31.6g 炭水化物 159.1g ナトリウム 3595mg 食塩相当量 9.1g		フルセット 1068kcal たんぱく質 27.7g 脂質 30.2g 炭水化物 167.7g ナトリウム 3469mg 食塩相当量 8.8g		フルセット 1027kcal たんぱく質 31.2g 脂質 25.6g 炭水化物 167.0g ナトリウム 3773mg 食塩相当量 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。 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。									

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。

「ムース食」 週間献立表

		2月16日(月)			2月17日(火)			2月18日(水)			2月19日(木)			2月20日(金)		
朝	食	★全粥240g 金時豆の煮物 乳麦 若竹煮 麦 ★味噌汁(とろみ) 麦			★全粥240g 五目豆腐煮 乳麦 大根なます 麦 ★味噌汁(とろみ) 麦			★全粥240g ブロッコリーと鶏肉の煮物 乳麦 大根と椎茸の煮物 麦 ★味噌汁(とろみ) 麦			★全粥240g きのこの玉子とじ 卵乳麦 一夜漬 乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦			★全粥240g 鶏団子の中華風 卵乳麦か ひじきと大豆の煮物 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 95kcal 272kcal 蛋白質 4.4g 8.1g 脂質 2.4g 3.1g 炭水化物 16.4g 54.5g ナトリウム 437mg 959mg 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 95kcal 272kcal 蛋白質 2.3g 6.0g 脂質 4.0g 4.7g 炭水化物 12.4g 50.5g ナトリウム 527mg 1049mg 食塩相当量 1.3g 2.7g			栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 107kcal 284kcal 蛋白質 5.2g 8.9g 脂質 4.2g 4.9g 炭水化物 11.7g 49.8g ナトリウム 555mg 1077mg 食塩相当量 1.4g 2.7g			栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 71kcal 248kcal 蛋白質 3.2g 6.9g 脂質 2.8g 3.5g 炭水化物 9.4g 47.5g ナトリウム 523mg 1045mg 食塩相当量 1.3g 2.7g			栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 98kcal 275kcal 蛋白質 4.1g 7.8g 脂質 4.0g 4.7g 炭水化物 11.4g 49.5g ナトリウム 530mg 1052mg 食塩相当量 1.3g 2.7g		
		★全粥240g 鮭の照焼 麦 ひじきと高野豆腐の煮物 乳麦 菜の花の辛子とえ 乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦			★全粥240g クリームコロッケ 乳麦か 鶏肉のすき焼き煮 麦 えんどう豆とベーコン炒め 卵乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦			★全粥240g 赤魚の生姜煮 乳麦 野菜の味噌風味 乳麦 南瓜とハムのサラダ 卵乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦			★全粥240g 鶏の西京焼き 乳麦 五色煮 乳麦 大根と竹輪の酢の物 乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦			★全粥240g 鮭のおろし煮 麦 ブロッコリーの煮物 乳麦 マリーネサラダ 卵乳麦 ★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 165kcal 342kcal 蛋白質 9.2g 12.9g 脂質 7.4g 8.1g 炭水化物 15.8g 53.9g ナトリウム 818mg 1340mg 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 177kcal 354kcal 蛋白質 6.2g 9.9g 脂質 8.9g 9.6g 炭水化物 17.8g 55.9g ナトリウム 758mg 1280mg 食塩相当量 1.9g 3.3g			栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 179kcal 356kcal 蛋白質 8.1g 11.8g 脂質 7.8g 8.5g 炭水化物 19.0g 57.1g ナトリウム 861mg 1383mg 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 156kcal 333kcal 蛋白質 5.1g 8.8g 脂質 7.0g 7.7g 炭水化物 17.5g 55.6g ナトリウム 759mg 1281mg 食塩相当量 1.9g 3.3g			栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 210kcal 387kcal 蛋白質 8.6g 12.3g 脂質 11.4g 12.1g 炭水化物 18.7g 56.8g ナトリウム 814mg 1336mg 食塩相当量 2.1g 3.4g		
		★全粥240g ナスと鶏肉のしぎ焼き 乳麦落 白菜と麩の玉子とじ 卵乳麦 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 白身のおろし煮 乳麦 昆布煮豆 乳麦 青菜のおひたし 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 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 和風煮込みハンバーグ 乳麦 法蓮草と油揚げの煮物 麦 サラダスパゲティ 卵乳麦か ★味噌汁(とろみ) 麦			★全粥240g 焼肉炒め 乳麦 切干大根煮 乳麦 青菜のわさび和え 卵乳麦 ★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 459kcal 990kcal 蛋白質 19.9g 31.0g 脂質 21.5g 23.6g 炭水化物 49.4g 163.7g ナトリウム 2074mg 3640mg 食塩相当量 5.3g 9.2g			栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 462kcal 993kcal 蛋白質 19.7g 30.8g 脂質 20.7g 22.8g 炭水化物 49.9g 164.2g ナトリウム 2186mg 3752mg 食塩相当量 5.5g 9.6g			栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 419kcal 950kcal 蛋白質 18.4g 29.5g 脂質 18.4g 20.5g 炭水化物 45.6g 159.9g ナトリウム 2119mg 3685mg 食塩相当量 5.4g 9.3g			栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 464kcal 995kcal 蛋白質 13.8g 24.9g 脂質 25.2g 27.3g 炭水化物 45.0g 159.3g ナトリウム 2103mg 3669mg 食塩相当量 5.3g 9.4g			栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 484kcal 1015kcal 蛋白質 17.5g 28.6g 脂質 25.3g 27.4g 炭水化物 47.5g 161.8g ナトリウム 2237mg 3803mg 食塩相当量 5.7g 9.7g		

★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。

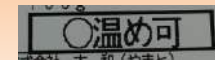
ムース食は消費者庁許可の特別用途食品(えん下困難者用食品)ではありません。
嚥下食などの食事療法として利用される場合は事前に医師にご相談ください。

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。



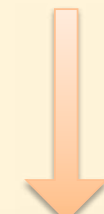
次にフタをして**15分**程温めます。追加で**火はかけません**。

- (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

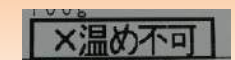
「ムース食」 週間献立表

		2月23日(月)		2月24日(火)		2月25日(水)		2月26日(木)		2月27日(金)	
朝	食	★全粥240g 肉団子のソース炒め 卵乳麦 ゴボウのピリ辛サラダ 卵乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦		★全粥240g 大根の千切煮 乳麦 若芽の酢味噌和え 乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦		★全粥240g 白菜と麩の玉子とじ 卵乳麦 昆布の佃煮 麦 ★味噌汁(とろみ) 麦		★全粥240g 牛肉と根菜の煮物 乳麦 マンマの中華和え 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	
昼	食	★全粥240g とんかつ 卵乳麦 鶏大根の味噌煮 乳麦 きのこきんぴら 乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦		★全粥240g 鮭の西京焼 乳麦 ひじきとベーコンの煮物 卵乳麦 もやしサラダ 卵乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦		★全粥240g 豚肉の生姜焼 乳麦 五目豆腐煮 乳麦 法蓮草と油揚げの煮物 麦 ★味噌汁(とろみ) 麦		★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	
夕	食	★全粥240g 白身魚しんじょう 卵乳麦 油揚げと菜の花の煮物 麦 若芽のゴマ酢和え 麦 ★味噌汁(とろみ) 麦		★全粥240g 鶏肉のデミソース煮 乳麦 竹輪の五色きんぴら 乳麦 ハムとブロッコリーのマリネ 卵乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦		★全粥240g 白身の竜田揚げ 乳麦 肉団子の甘酢煮 卵乳麦 菜の花の辛子和え 乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦		★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	
合	計	★全粥240g とんかつ 卵乳麦 鶏大根の味噌煮 乳麦 きのこきんぴら 乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦		★全粥240g 鮭の西京焼 乳麦 ひじきとベーコンの煮物 卵乳麦 もやしサラダ 卵乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦		★全粥240g 豚肉の生姜焼 乳麦 五目豆腐煮 乳麦 法蓮草と油揚げの煮物 麦 ★味噌汁(とろみ) 麦		★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	
合	計	★全粥240g とんかつ 卵乳麦 鶏大根の味噌煮 乳麦 きのこきんぴら 乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦		★全粥240g 鮭の西京焼 乳麦 ひじきとベーコンの煮物 卵乳麦 もやしサラダ 卵乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦		★全粥240g 豚肉の生姜焼 乳麦 五目豆腐煮 乳麦 法蓮草と油揚げの煮物 麦 ★味噌汁(とろみ) 麦		★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	

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。



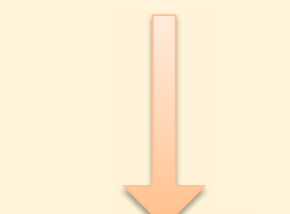
次にフタをして**15分**程温めます。追加で**火はかけません**。

- (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

★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。