

# 「ムース食」 週間献立表

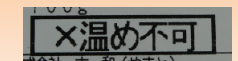
	5月11日(月)		5月12日(火)		5月13日(水)		5月14日(木)		5月15日(金)							
朝	★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g							
	肉団子の甘酢煮		豚肉と大根の煮物		牛肉と根菜の煮物		きのこの玉子とじ		豚すき							
	一夜漬		若芽のゴマ酢和え		昆布の佃煮		法蓮草とハムのマリネ		切干大根煮							
	★味噌汁(とろみ)		★味噌汁(とろみ)		★味噌汁(とろみ)		★味噌汁(とろみ)		★味噌汁(とろみ)							
食	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット				
	エネルギー	105kcal	282kcal	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	
	蛋白質	2.6g	6.3g	蛋白質	2.9g	6.6g	蛋白質	4.0g	7.7g	蛋白質	4.8g	8.5g	蛋白質	3.1g	6.8g	
	脂質	4.8g	5.5g	脂質	4.2g	4.9g	脂質	6.9g	7.6g	脂質	4.1g	4.8g	脂質	3.3g	4.0g	
	炭水化物	13.3g	51.4g	炭水化物	13.0g	51.1g	炭水化物	17.2g	55.3g	炭水化物	11.1g	49.2g	炭水化物	12.2g	50.3g	
	ナトリウム	584mg	1106mg	ナトリウム	462mg	984mg	ナトリウム	626mg	1148mg	ナトリウム	619mg	1141mg	ナトリウム	572mg	1094mg	
	食塩相当量	1.5g	2.8g	食塩相当量	1.2g	2.5g	食塩相当量	1.6g	2.9g	食塩相当量	1.6g	2.9g	食塩相当量	1.5g	2.8g	
	昼	★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g						
		白身の味噌煮		鶏の幽庵焼き		鮭の西京焼		豚肉の生姜焼		白身の竜田揚げ						
		大根の千切煮		昆布煮豆		油揚げと菜の花の煮物		切干大根とベーコンの煮物		肉団子のソース炒め						
もやしサラダ		ハムとブロッコリーのマリネ		メンマの中華和え		若芽の酢味噌和え		法蓮草と油揚げの煮物								
★味噌汁(とろみ)		★味噌汁(とろみ)		★味噌汁(とろみ)		★味噌汁(とろみ)		★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	栄養価	おかずセット	フルセット				
	エネルギー	170kcal	347kcal	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	
	蛋白質	8.9g	12.6g	蛋白質	8.4g	12.1g	蛋白質	8.0g	11.7g	蛋白質	6.1g	9.8g	蛋白質	10.8g	14.5g	
	脂質	7.2g	7.9g	脂質	9.6g	10.3g	脂質	8.5g	9.2g	脂質	7.0g	7.7g	脂質	9.9g	10.6g	
	炭水化物	17.3g	55.4g	炭水化物	17.5g	55.6g	炭水化物	21.3g	59.4g	炭水化物	19.3g	57.4g	炭水化物	20.2g	58.3g	
	ナトリウム	927mg	1449mg	ナトリウム	809mg	1331mg	ナトリウム	910mg	1432mg	ナトリウム	736mg	1258mg	ナトリウム	931mg	1453mg	
	食塩相当量	2.4g	3.7g	食塩相当量	2.1g	3.4g	食塩相当量	2.3g	3.6g	食塩相当量	1.9g	3.2g	食塩相当量	2.4g	3.7g	
	夕	★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g						
		とんかつ		白身魚しんじょう		鶏肉のデミソース煮		赤魚の味噌煮		鶏肉のカレー風味焼き						
		ひじきとベーコンの煮物		がんと煮		白菜と麩の玉子とじ		赤玉南瓜の煮物		ひじきと高野豆腐の煮物						
サラダスパゲティ		菜の花の辛子和え		大豆大根煮		ブロッコリーの煮物		菜の花のおひたし								
★味噌汁(とろみ)		★味噌汁(とろみ)		★味噌汁(とろみ)		★味噌汁(とろみ)		★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	栄養価	おかずセット	フルセット				
	エネルギー	283kcal	460kcal	エネルギー	208kcal	385kcal	エネルギー	174kcal	351kcal	エネルギー	196kcal	373kcal	エネルギー	161kcal	338kcal	
	蛋白質	4.5g	8.2g	蛋白質	6.9g	10.6g	蛋白質	6.7g	10.4g	蛋白質	10.1g	13.8g	蛋白質	6.4g	10.1g	
	脂質	20.1g	20.8g	脂質	11.9g	12.6g	脂質	9.7g	10.4g	脂質	7.0g	7.7g	脂質	7.5g	8.2g	
	炭水化物	20.4g	58.5g	炭水化物	17.8g	55.9g	炭水化物	15.3g	53.4g	炭水化物	23.1g	61.2g	炭水化物	17.0g	55.1g	
	ナトリウム	804mg	1326mg	ナトリウム	871mg	1393mg	ナトリウム	727mg	1249mg	ナトリウム	761mg	1283mg	ナトリウム	870mg	1392mg	
	食塩相当量	2.0g	3.4g	食塩相当量	2.2g	3.5g	食塩相当量	1.8g	3.2g	食塩相当量	1.9g	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	558kcal	1089kcal	エネルギー	504kcal	1035kcal	エネルギー	512kcal	1043kcal	エネルギー	455kcal	986kcal	エネルギー	463kcal	994kcal
		蛋白質	16.0g	27.1g	蛋白質	18.2g	29.3g	蛋白質	18.7g	29.8g	蛋白質	21.0g	32.1g	蛋白質	20.3g	31.4g
脂質		32.1g	34.2g	脂質	25.7g	27.8g	脂質	25.1g	27.2g	脂質	18.1g	20.2g	脂質	20.7g	22.8g	
炭水化物		51.0g	165.3g	炭水化物	48.3g	162.6g	炭水化物	53.8g	168.1g	炭水化物	53.5g	167.8g	炭水化物	49.4g	163.7g	
ナトリウム		2315mg	3881mg	ナトリウム	2142mg	3708mg	ナトリウム	2263mg	3829mg	ナトリウム	2116mg	3682mg	ナトリウム	2373mg	3939mg	
食塩相当量		5.9g	9.9g	食塩相当量	5.5g	9.4g	食塩相当量	5.7g	9.7g	食塩相当量	5.4g	9.4g	食塩相当量	6.1g	10.0g	

## 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

		5月18日(月)		5月19日(火)		5月20日(水)		5月21日(木)		5月22日(金)						
朝	★全粥240g	★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g						
	五目豆腐煮	乳麦	鶏団子の中華風	卵乳麦か	五色煮	乳麦	がんと煮	麦	肉団子の甘酢煮	卵乳麦						
	野菜の三杯酢	麦	一夜漬	乳麦	若芽のゴマ酢和え	麦	大根と竹輪の酢の物	乳麦	昆布の佃煮	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	99kcal	276kcal	エネルギー	76kcal	253kcal	エネルギー	92kcal	269kcal	エネルギー	122kcal	299kcal	エネルギー	136kcal	313kcal	
	蛋白質	2.1g	5.8g	蛋白質	2.9g	6.6g	蛋白質	1.5g	5.2g	蛋白質	3.3g	7.0g	蛋白質	2.9g	6.6g	
	脂質	4.3g	5.0g	脂質	2.8g	3.5g	脂質	3.9g	4.6g	脂質	6.8g	7.5g	脂質	6.6g	7.3g	
	炭水化物	13.6g	51.7g	炭水化物	10.3g	48.4g	炭水化物	12.1g	50.2g	炭水化物	11.3g	49.4g	炭水化物	17.2g	55.3g	
	ナトリウム	575mg	1097mg	ナトリウム	547mg	1069mg	ナトリウム	515mg	1037mg	ナトリウム	474mg	996mg	ナトリウム	578mg	1100mg	
	食塩相当量	1.5g	2.8g	食塩相当量	1.4g	2.7g	食塩相当量	1.3g	2.6g	食塩相当量	1.2g	2.5g	食塩相当量	1.5g	2.8g	
	昼	★全粥240g	★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g					
		鶏肉のイタリアンソース煮	乳麦	鮭のおろし煮	麦	スパイシーチキン	乳麦	とんかつ	卵乳麦	白身の味噌煮	乳麦					
		大根と椎茸の煮物	麦	ふきの煮物	乳麦	はんぺんの玉子とじ	卵乳麦	黒豆煮	乳麦	五色煮豆	卵麦					
★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	144kcal	321kcal	エネルギー	155kcal	332kcal	エネルギー	188kcal	365kcal	エネルギー	227kcal	404kcal	エネルギー	187kcal	364kcal	
	蛋白質	6.9g	10.6g	蛋白質	6.5g	10.2g	蛋白質	6.6g	10.3g	蛋白質	5.5g	9.2g	蛋白質	10.5g	14.2g	
	脂質	6.1g	6.8g	脂質	7.4g	8.1g	脂質	10.0g	10.7g	脂質	13.8g	14.5g	脂質	7.4g	8.1g	
	炭水化物	16.5g	54.6g	炭水化物	16.7g	54.8g	炭水化物	17.0g	55.1g	炭水化物	20.1g	58.2g	炭水化物	19.6g	57.7g	
	ナトリウム	729mg	1251mg	ナトリウム	742mg	1264mg	ナトリウム	748mg	1270mg	ナトリウム	680mg	1202mg	ナトリウム	897mg	1419mg	
	食塩相当量	1.9g	3.2g	食塩相当量	1.9g	3.2g	食塩相当量	1.9g	3.2g	食塩相当量	1.7g	3.1g	食塩相当量	2.3g	3.6g	
	夕	★全粥240g	★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	鮭の西京焼	乳麦	鶏肉のデミソース煮	乳麦					
		鶏肉のすき焼き煮	麦	白菜と若芽の煮物	乳麦	ブロコリーと鶏肉の煮物	乳麦	油揚げと菜の花の煮物	麦	ひじき煮	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						
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	172kcal	349kcal	エネルギー	149kcal	326kcal	エネルギー	234kcal	411kcal	エネルギー	188kcal	365kcal	エネルギー	174kcal	351kcal	
	蛋白質	7.8g	11.5g	蛋白質	3.2g	6.9g	蛋白質	7.4g	11.1g	蛋白質	7.8g	11.5g	蛋白質	6.7g	10.4g	
	脂質	5.9g	6.6g	脂質	6.7g	7.4g	脂質	15.6g	16.3g	脂質	7.5g	8.2g	脂質	9.5g	10.2g	
	炭水化物	21.9g	60.0g	炭水化物	19.2g	57.3g	炭水化物	15.7g	53.8g	炭水化物	22.0g	60.1g	炭水化物	16.0g	54.1g	
	ナトリウム	616mg	1138mg	ナトリウム	789mg	1311mg	ナトリウム	767mg	1289mg	ナトリウム	749mg	1271mg	ナトリウム	733mg	1255mg	
	食塩相当量	1.6g	2.9g	食塩相当量	2.0g	3.3g	食塩相当量	2.0g	3.3g	食塩相当量	1.9g	3.2g	食塩相当量	1.9g	3.2g	
	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	415kcal	946kcal	エネルギー	380kcal	911kcal	エネルギー	514kcal	1045kcal	エネルギー	537kcal	1068kcal	エネルギー	497kcal	1028kcal
		蛋白質	16.8g	27.9g	蛋白質	12.6g	23.7g	蛋白質	15.5g	26.6g	蛋白質	16.6g	27.7g	蛋白質	20.1g	31.2g
脂質		16.3g	18.4g	脂質	16.9g	19.0g	脂質	29.5g	31.6g	脂質	28.1g	30.2g	脂質	23.5g	25.6g	
炭水化物		52.0g	166.3g	炭水化物	46.2g	160.5g	炭水化物	44.8g	159.1g	炭水化物	53.4g	167.7g	炭水化物	52.8g	167.1g	
ナトリウム		1920mg	3486mg	ナトリウム	2078mg	3644mg	ナトリウム	2030mg	3596mg	ナトリウム	1903mg	3469mg	ナトリウム	2208mg	3774mg	
食塩相当量		5.0g	8.9g	食塩相当量	5.3g	9.2g	食塩相当量	5.2g	9.1g	食塩相当量	4.8g	8.8g	食塩相当量	5.7g	9.6g	

## 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。

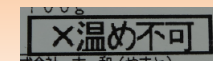
# 「ムース食」 週間献立表

		5月25日(月)		5月26日(火)		5月27日(水)		5月28日(木)		5月29日(金)					
朝	★全粥240g			★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g					
	温泉玉子	卵麦	金時豆の煮物	乳麦	五目豆腐煮	乳麦	フロコリーと鶏肉の煮物	乳麦	きのこの玉子とじ	卵乳麦					
	一夜漬	乳麦	若竹煮	麦	大根なます	麦	大根と椎茸の煮物	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					
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	104kcal	281kcal	エネルギー	95kcal	272kcal	エネルギー	95kcal	272kcal	エネルギー	107kcal	284kcal	エネルギー	71kcal	248kcal
	蛋白質	4.5g	8.2g	蛋白質	4.4g	8.1g	蛋白質	2.3g	6.0g	蛋白質	5.2g	8.9g	蛋白質	3.2g	6.9g
	脂質	5.6g	6.3g	脂質	2.4g	3.1g	脂質	4.0g	4.7g	脂質	4.2g	4.9g	脂質	2.8g	3.5g
	炭水化物	8.6g	46.7g	炭水化物	16.4g	54.5g	炭水化物	12.4g	50.5g	炭水化物	11.7g	49.8g	炭水化物	9.4g	47.5g
	ナトリウム	605mg	1127mg	ナトリウム	437mg	959mg	ナトリウム	527mg	1049mg	ナトリウム	555mg	1077mg	ナトリウム	523mg	1045mg
	食塩相当量	1.5g	2.9g	食塩相当量	1.1g	2.4g	食塩相当量	1.3g	2.7g	食塩相当量	1.4g	2.7g	食塩相当量	1.3g	2.7g
	昼	★全粥240g			★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g				
		鶏肉のカレー風味焼き	乳麦	鮭の照焼	麦	クリームコロッケ	乳麦か	赤魚の生姜煮	乳麦	鶏の西京焼き	乳麦				
		牛肉と根菜の煮物	乳麦	ひじきと高野豆腐の煮物	乳麦	鶏肉のすき焼き煮	麦	野菜の味噌風味	乳麦	五色煮	乳麦				
メンマの中華和え		乳麦か	菜の花の辛子和え	乳麦	ふきの煮物	乳麦	南瓜とハムのサラダ	卵乳麦	大根と竹輪の酢の物	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					
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		202kcal	379kcal	エネルギー	165kcal	342kcal	エネルギー	165kcal	342kcal	エネルギー	179kcal	356kcal	エネルギー	156kcal	333kcal
蛋白質		7.4g	11.1g	蛋白質	9.2g	12.9g	蛋白質	4.5g	8.2g	蛋白質	8.1g	11.8g	蛋白質	5.1g	8.8g
脂質		10.3g	11.0g	脂質	7.4g	8.1g	脂質	8.5g	9.2g	脂質	7.8g	8.5g	脂質	7.0g	7.7g
炭水化物		19.8g	57.9g	炭水化物	15.8g	53.9g	炭水化物	17.9g	56.0g	炭水化物	19.0g	57.1g	炭水化物	17.5g	55.6g
ナトリウム	972mg	1494mg	ナトリウム	818mg	1340mg	ナトリウム	693mg	1215mg	ナトリウム	861mg	1383mg	ナトリウム	759mg	1281mg	
食塩相当量	2.5g	3.8g	食塩相当量	2.1g	3.4g	食塩相当量	1.8g	3.1g	食塩相当量	2.2g	3.5g	食塩相当量	1.9g	3.3g	
夕	★全粥240g			★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g					
	白身フライタルタル	卵乳麦	ナスと鶏肉のしぎ焼き	乳麦落	白身のおろし煮	乳麦	鶏肉のイタリアンソース煮	乳麦	和風煮込みハンバーグ	乳麦					
	大豆大根煮	卵乳麦	白菜と麩の玉子とじ	卵乳麦	昆布煮豆	乳麦	枝豆とかにかまの煮物	卵麦えか	法蓮草と油揚げの煮物	麦					
	ハムとフロコリーのマリネ	卵乳麦	切干大根とベーコンの煮物	卵乳麦	青菜のおひたし	乳麦	白菜と若芽の煮物	乳麦	サラダスパゲティ	卵乳麦か					
	★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			
	エネルギー	206kcal	383kcal	エネルギー	199kcal	376kcal	エネルギー	190kcal	367kcal	エネルギー	134kcal	311kcal	エネルギー	237kcal	414kcal
	蛋白質	4.9g	8.6g	蛋白質	6.3g	10.0g	蛋白質	11.2g	14.9g	蛋白質	5.2g	8.9g	蛋白質	5.5g	9.2g
	脂質	12.6g	13.3g	脂質	11.7g	12.4g	脂質	7.8g	8.5g	脂質	6.4g	7.1g	脂質	15.4g	16.1g
	炭水化物	18.7g	56.8g	炭水化物	17.2g	55.3g	炭水化物	19.7g	57.8g	炭水化物	15.0g	53.1g	炭水化物	18.1g	56.2g
ナトリウム	849mg	1371mg	ナトリウム	819mg	1341mg	ナトリウム	901mg	1423mg	ナトリウム	704mg	1226mg	ナトリウム	822mg	1344mg	
食塩相当量	2.2g	3.5g	食塩相当量	2.1g	3.4g	食塩相当量	2.3g	3.6g	食塩相当量	1.8g	3.1g	食塩相当量	2.1g	3.4g	
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	512kcal	1043kcal	エネルギー	459kcal	990kcal	エネルギー	450kcal	981kcal	エネルギー	420kcal	951kcal	エネルギー	464kcal	995kcal
	蛋白質	16.8g	27.9g	蛋白質	19.9g	31.0g	蛋白質	18.0g	29.1g	蛋白質	18.5g	29.6g	蛋白質	13.8g	24.9g
	脂質	28.5g	30.6g	脂質	21.5g	23.6g	脂質	20.3g	22.4g	脂質	18.4g	20.5g	脂質	25.2g	27.3g
	炭水化物	47.1g	161.4g	炭水化物	49.4g	163.7g	炭水化物	50.0g	164.3g	炭水化物	45.7g	160.0g	炭水化物	45.0g	159.3g
	ナトリウム	2426mg	3992mg	ナトリウム	2074mg	3640mg	ナトリウム	2121mg	3687mg	ナトリウム	2120mg	3686mg	ナトリウム	2104mg	3670mg
	食塩相当量	6.2g	10.2g	食塩相当量	5.3g	9.2g	食塩相当量	5.4g	9.4g	食塩相当量	5.4g	9.3g	食塩相当量	5.3g	9.4g

## 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。