

「ムース食」 週間献立表

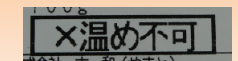
	6月15日(月)			6月16日(火)			6月17日(水)			6月18日(木)			6月19日(金)		
朝	★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g		
	牛肉と根菜の煮物 乳麦			きのこの玉子とじ 卵乳麦			豚すき 乳麦			鶏大根の味噌煮 乳麦			温泉玉子 卵麦		
	昆布の佃煮 麦			法蓮草とハムのマリネ 卵乳麦			切干大根煮 乳麦			薩摩芋と切昆布の煮物 乳麦			竹輪の五色きんぴら 乳麦		
食	★味噌汁(とろみ) 麦			★味噌汁(とろみ) 麦			★味噌汁(とろみ) 麦			★味噌汁(とろみ) 麦			★味噌汁(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	142kcal	319kcal	エネルギー	97kcal	274kcal	エネルギー	92kcal	269kcal	エネルギー	87kcal	264kcal	エネルギー	136kcal	313kcal
昼	★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g		
	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			白身のおろし煮 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			ひじきと大豆の煮物 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	196kcal	373kcal	エネルギー	162kcal	339kcal	エネルギー	211kcal	388kcal	エネルギー	183kcal	360kcal	エネルギー	188kcal	365kcal
夕	★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g		
	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			鶏の照焼 乳麦		
	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			切昆布と竹の子の煮物 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	173kcal	350kcal	エネルギー	196kcal	373kcal	エネルギー	161kcal	338kcal	エネルギー	182kcal	359kcal	エネルギー	169kcal	346kcal
合	★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g		
	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			鶏の照焼 乳麦		
	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			切昆布と竹の子の煮物 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	511kcal	1042kcal	エネルギー	455kcal	986kcal	エネルギー	464kcal	995kcal	エネルギー	452kcal	983kcal	エネルギー	493kcal	1024kcal

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。



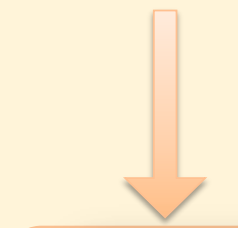
次にフタをして**15分程**温めます。追加で**火はかけません**。

- (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

		6月22日(月)		6月23日(火)		6月24日(水)		6月25日(木)		6月26日(金)				
朝	★全粥240g	五色煮		乳麦		がんも煮		麦		肉団子の甘酢煮				
	五色煮	若芽のゴマ酢和え		★味噌汁(とろみ)		★全粥240g		卵乳麦		切干大根と小松菜の煮物				
	若芽のゴマ酢和え	★味噌汁(とろみ)		★全粥240g		肉団子の甘酢煮		卵乳麦		鶏つくねとフキの煮物				
	★味噌汁(とろみ)	★全粥240g		がんも煮		麦		肉団子の甘酢煮		卵乳麦				
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	92kcal	269kcal	エネルギー	122kcal	299kcal	エネルギー	136kcal	313kcal	エネルギー	89kcal	266kcal		
	たんぱく質	1.5g	5.2g	たんぱく質	3.3g	7.0g	たんぱく質	2.9g	6.6g	たんぱく質	2.6g	6.3g		
	脂質	3.9g	4.6g	脂質	6.8g	7.5g	脂質	6.6g	7.3g	脂質	4.2g	4.9g		
昼	★全粥240g	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		
	スパイシーチキン	はんぺんの玉子とじ		卵乳麦		黒豆煮		乳麦		五色煮豆		卵麦		
	はんぺんの玉子とじ	大根煮		乳麦		★味噌汁(とろみ)		★全粥240g		鶏の照焼		乳麦		
	★味噌汁(とろみ)	★全粥240g		とんかつ		卵乳麦		白身の味噌煮		乳麦		鶏の照焼		乳麦
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	188kcal	365kcal	エネルギー	227kcal	404kcal	エネルギー	187kcal	364kcal	エネルギー	205kcal	382kcal		
	たんぱく質	6.6g	10.3g	たんぱく質	5.5g	9.2g	たんぱく質	10.5g	14.2g	たんぱく質	8.4g	12.1g		
	脂質	10.0g	10.7g	脂質	13.8g	14.5g	脂質	7.4g	8.1g	脂質	8.4g	9.1g		
夕	★全粥240g	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		
	白身の照焼き	プロッコリと鶏肉の煮物		乳麦		油揚げと菜の花の煮物		麦		ひじき煮		乳麦		
	プロッコリと鶏肉の煮物	サラダスパゲティ		卵乳麦		★味噌汁(とろみ)		★全粥240g		白身の竜田揚げ		乳麦		
	★味噌汁(とろみ)	★全粥240g		鮭の西京焼		乳麦		鶏肉のデミソース煮		乳麦		白身の竜田揚げ		乳麦
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	234kcal	411kcal	エネルギー	188kcal	365kcal	エネルギー	173kcal	350kcal	エネルギー	227kcal	404kcal		
	たんぱく質	7.4g	11.1g	たんぱく質	7.8g	11.5g	たんぱく質	6.7g	10.4g	たんぱく質	7.1g	10.8g		
	脂質	15.6g	16.3g	脂質	7.5g	8.2g	脂質	9.5g	10.2g	脂質	11.8g	12.5g		
合計	★全粥240g	白身の照焼き		乳麦		鶏肉のデミソース煮		乳麦		白身の竜田揚げ		乳麦		
	白身の照焼き	プロッコリと鶏肉の煮物		乳麦		油揚げと菜の花の煮物		麦		ひじき煮		乳麦		
	プロッコリと鶏肉の煮物	サラダスパゲティ		卵乳麦		★味噌汁(とろみ)		★全粥240g		白身の竜田揚げ		乳麦		
	★味噌汁(とろみ)	★全粥240g		鮭の西京焼		乳麦		鶏肉のデミソース煮		乳麦		白身の竜田揚げ		乳麦
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	514kcal	1045kcal	エネルギー	537kcal	1068kcal	エネルギー	496kcal	1027kcal	エネルギー	521kcal	1052kcal		
	たんぱく質	15.5g	26.6g	たんぱく質	16.6g	27.7g	たんぱく質	20.1g	31.2g	たんぱく質	18.1g	29.2g		
	脂質	29.5g	31.6g	脂質	28.1g	30.2g	脂質	23.5g	25.6g	脂質	24.4g	26.5g		

★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。

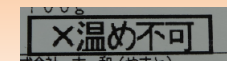
ムース食は消費者庁許可の特別用途食品(えん下困難者用食品)ではありません。
嚥下食などの食事療法として利用される場合は事前に医師にご相談ください。

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
(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

		6月29日(月)		6月30日(火)		7月1日(水)		7月2日(木)		7月3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	ブロッコリーと鶏肉の煮物	乳麦	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					
	大根なます	麦	大根と椎茸の煮物	麦	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					
★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	★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	95kcal	272kcal	エネルギー	107kcal	284kcal	エネルギー	71kcal	248kcal	エネルギー	98kcal	275kcal	エネルギー	90kcal	267kcal
	蛋白質	2.3g	6.0g	蛋白質	5.2g	8.9g	蛋白質	3.2g	6.9g	蛋白質	4.1g	7.8g	蛋白質	2.1g	5.8g
	脂質	4.0g	4.7g	脂質	4.2g	4.9g	脂質	2.8g	3.5g	脂質	4.0g	4.7g	脂質	3.1g	3.8g
	炭水化物	12.4g	50.5g	炭水化物	11.7g	49.8g	炭水化物	9.4g	47.5g	炭水化物	11.4g	49.5g	炭水化物	13.9g	52.0g
	ナトリウム	527mg	1049mg	ナトリウム	555mg	1077mg	ナトリウム	523mg	1045mg	ナトリウム	530mg	1052mg	ナトリウム	532mg	1054mg
	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	食塩相当量	1.3g	2.7g	食塩相当量	1.4g	2.7g
	★全粥240g		★全粥240g		★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	赤魚の生姜煮	乳麦	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						
鶏肉のすき焼き煮	麦	野菜の味噌風味	乳麦	五色煮	乳麦	ブロッコリーの煮物	乳麦	黒豆煮	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	マリーネサラダ	卵乳麦	法蓮草とハムのマリーネ	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	★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	165kcal	342kcal	エネルギー	179kcal	356kcal	エネルギー	156kcal	333kcal	エネルギー	210kcal	387kcal	エネルギー	211kcal	388kcal
	蛋白質	4.5g	8.2g	蛋白質	8.1g	11.8g	蛋白質	5.1g	8.8g	蛋白質	8.6g	12.3g	蛋白質	8.8g	12.5g
	脂質	8.5g	9.2g	脂質	7.8g	8.5g	脂質	7.0g	7.7g	脂質	11.4g	12.1g	脂質	11.5g	12.2g
	炭水化物	17.9g	56.0g	炭水化物	19.0g	57.1g	炭水化物	17.5g	55.6g	炭水化物	18.7g	56.8g	炭水化物	18.0g	56.1g
	ナトリウム	693mg	1215mg	ナトリウム	861mg	1383mg	ナトリウム	759mg	1281mg	ナトリウム	814mg	1336mg	ナトリウム	748mg	1270mg
	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	食塩相当量	2.1g	3.4g	食塩相当量	1.9g	3.2g
	★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g
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	焼肉炒め	乳麦	白身の照焼き	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	切干大根煮	乳麦	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	青菜のわさび和え	卵乳麦	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	★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	190kcal	367kcal	エネルギー	133kcal	310kcal	エネルギー	237kcal	414kcal	エネルギー	176kcal	353kcal	エネルギー	141kcal	318kcal
	蛋白質	11.2g	14.9g	蛋白質	5.1g	8.8g	蛋白質	5.5g	9.2g	蛋白質	4.8g	8.5g	蛋白質	6.5g	10.2g
	脂質	7.8g	8.5g	脂質	6.4g	7.1g	脂質	15.4g	16.1g	脂質	9.9g	10.6g	脂質	5.7g	6.4g
	炭水化物	19.7g	57.8g	炭水化物	14.9g	53.0g	炭水化物	18.1g	56.2g	炭水化物	17.4g	55.5g	炭水化物	16.7g	54.8g
	ナトリウム	901mg	1423mg	ナトリウム	703mg	1225mg	ナトリウム	822mg	1344mg	ナトリウム	893mg	1415mg	ナトリウム	808mg	1330mg
	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	食塩相当量	2.3g	3.6g	食塩相当量	2.1g	3.4g
	★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g
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	450kcal	981kcal	エネルギー	419kcal	950kcal	エネルギー	464kcal	995kcal	エネルギー	484kcal	1015kcal	エネルギー	442kcal	973kcal	
蛋白質	18.0g	29.1g	蛋白質	18.4g	29.5g	蛋白質	13.8g	24.9g	蛋白質	17.5g	28.6g	蛋白質	17.4g	28.5g	
脂質	20.3g	22.4g	脂質	18.4g	20.5g	脂質	25.2g	27.3g	脂質	25.3g	27.4g	脂質	20.3g	22.4g	
炭水化物	50.0g	164.3g	炭水化物	45.6g	159.9g	炭水化物	45.0g	159.3g	炭水化物	47.5g	161.8g	炭水化物	48.6g	162.9g	
ナトリウム	2121mg	3687mg	ナトリウム	2119mg	3685mg	ナトリウム	2104mg	3670mg	ナトリウム	2237mg	3803mg	ナトリウム	2088mg	3654mg	
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	食塩相当量	5.7g	9.7g	食塩相当量	5.4g	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。

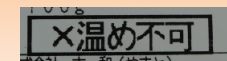
ムース食は消費者庁許可の特別用途食品(えん下困難者用食品)ではありません。
嚥下食などの食事療法として利用される場合は事前に医師にご相談ください。

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