

「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		★全粥240g		がんも煮		麦																					
	五色煮	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																					
	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		切干大根と小松菜の煮物																					
	★味噌汁(とろみ)	★全粥240g		★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		★全粥240g		肉団子の甘酢煮		卵乳麦		鶏つくねとフキの煮物																					
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	エネルギー	108kcal	285kcal																
	蛋白質	1.5g	5.2g	蛋白質	3.3g	7.0g	蛋白質	2.9g	6.6g	蛋白質	2.6g	6.3g	蛋白質	2.7g	6.4g																
	脂質	3.9g	4.6g	脂質	6.8g	7.5g	脂質	6.6g	7.3g	脂質	4.2g	4.9g	脂質	4.7g	5.4g																
	炭水化物	12.1g	50.2g	炭水化物	11.3g	49.4g	炭水化物	17.2g	55.3g	炭水化物	10.6g	48.7g	炭水化物	13.2g	51.3g																
昼	★全粥240g	スパイシーチキン		乳麦		★全粥240g		とんかつ		卵乳麦		★全粥240g		白身の味噌煮		乳麦		鶏の照焼		乳麦		★全粥240g		赤魚の味噌煮		乳麦					
	スパイシーチキン	はんべんの玉子とじ		卵乳麦		★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		★全粥240g		赤魚の味噌煮		乳麦					
	はんべんの玉子とじ	大根煮		★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		鶏の照焼		乳麦		★全粥240g		赤魚の味噌煮		乳麦			
	大根煮	★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		鶏の照焼		乳麦		鶏の照焼		乳麦		★全粥240g		赤魚の味噌煮		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		鶏の照焼		乳麦		鶏の照焼		乳麦		★全粥240g		赤魚の味噌煮		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	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	188kcal	365kcal	エネルギー	227kcal	404kcal	エネルギー	187kcal	364kcal	エネルギー	205kcal	382kcal	エネルギー	169kcal	346kcal																
	蛋白質	6.6g	10.3g	蛋白質	5.5g	9.2g	蛋白質	10.5g	14.2g	蛋白質	8.4g	12.1g	蛋白質	7.7g	11.4g																
	脂質	10.0g	10.7g	脂質	13.8g	14.5g	脂質	7.4g	8.1g	脂質	8.4g	9.1g	脂質	7.1g	7.8g																
	炭水化物	17.0g	55.1g	炭水化物	20.1g	58.2g	炭水化物	19.6g	57.7g	炭水化物	23.9g	62.0g	炭水化物	18.9g	57.0g																
夕	★全粥240g	白身の照焼き		乳麦		★全粥240g		鶏肉のデミソース煮		乳麦		★全粥240g		白身の竜田揚げ		乳麦		★全粥240g		豚肉の生姜焼		乳麦		★全粥240g		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		★味噌汁(とろみ)		★全粥240g		鶏肉のデミソース煮		乳麦		白身の竜田揚げ		乳麦		★全粥240g		豚肉の生姜焼		乳麦		★全粥240g		鶏肉のデミソース煮		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		鶏肉のデミソース煮		乳麦		白身の竜田揚げ		乳麦		★全粥240g		豚肉の生姜焼		乳麦		★全粥240g		鶏肉のデミソース煮		乳麦			
	サラダスパゲティ	★味噌汁(とろみ)		★全粥240g		鶏肉のデミソース煮		乳麦		白身の竜田揚げ		乳麦		豚肉の生姜焼		乳麦		★全粥240g		豚肉の生姜焼		乳麦		★全粥240g		鶏肉のデミソース煮		乳麦			
	★味噌汁(とろみ)	★全粥240g		鶏肉のデミソース煮		乳麦		白身の竜田揚げ		乳麦		豚肉の生姜焼		乳麦		豚肉の生姜焼		乳麦		★全粥240g		豚肉の生姜焼		乳麦		★全粥240g		鶏肉のデミソース煮		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	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	234kcal	411kcal	エネルギー	188kcal	365kcal	エネルギー	173kcal	350kcal	エネルギー	227kcal	404kcal	エネルギー	160kcal	337kcal																
	蛋白質	7.4g	11.1g	蛋白質	7.8g	11.5g	蛋白質	6.7g	10.4g	蛋白質	7.1g	10.8g	蛋白質	6.5g	10.2g																
	脂質	15.6g	16.3g	脂質	7.5g	8.2g	脂質	9.5g	10.2g	脂質	11.8g	12.5g	脂質	7.4g	8.1g																
	炭水化物	15.7g	53.8g	炭水化物	22.0g	60.1g	炭水化物	15.9g	54.0g	炭水化物	24.0g	62.1g	炭水化物	16.8g	54.9g																
合	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	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	エネルギー	437kcal	968kcal																
	蛋白質	15.5g	26.6g	蛋白質	16.6g	27.7g	蛋白質	20.1g	31.2g	蛋白質	18.1g	29.2g	蛋白質	16.9g	28.0g																
	脂質	29.5g	31.6g	脂質	28.1g	30.2g	脂質	23.5g	25.6g	脂質	24.4g	26.5g	脂質	19.2g	21.3g																
	炭水化物	44.8g	159.1g	炭水化物	53.4g	167.7g	炭水化物	52.7g	167.0g	炭水化物	58.5g	172.8g	炭水化物	48.9g	163.2g																
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	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	514kcal	1045kcal	エネルギー	537kcal	1068kcal	エネルギー	496kcal	1027kcal	エネルギー	521kcal	1052kcal	エネルギー	437kcal	968kcal																
	蛋白質	15.5g	26.6g	蛋白質	16.6g	27.7g	蛋白質	20.1g	31.2g	蛋白質	18.1g	29.2g	蛋白質	16.9g	28.0g																
	脂質	29.5g	31.6g	脂質	28.1g	30.2g	脂質	23.5g	25.6g	脂質	24.4g	26.5g	脂質	19.2g	21.3g																
	炭水化物	44.8g	159.1g	炭水化物	53.4g	167.7g	炭水化物	52.7g	167.0g	炭水化物	58.5g	172.8g	炭水化物	48.9g	163.2g																

★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。

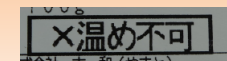
ムース食は消費者庁許可の特別用途食品(えん下困難者用食品)ではありません。
嚥下食などの食事療法として利用される場合は事前に医師にご相談ください。

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。

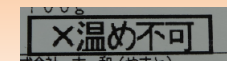
ムース食は消費者庁許可の特別用途食品(えん下困難者用食品)ではありません。
嚥下食などの食事療法として利用される場合は事前に医師にご相談ください。

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

「ムース食」 週間献立表

	7月6日(月)		7月7日(火)		7月8日(水)		7月9日(木)		7月10日(金)						
朝 食	★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 メンマの中華和え 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		★全粥240g 五色煮豆 卵麦 大根とひじきの煮物 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	91kcal	268kcal	エネルギー	100kcal	277kcal	エネルギー	137kcal	314kcal	エネルギー	119kcal	296kcal	エネルギー	118kcal	295kcal
	蛋白質	2.9g	6.6g	蛋白質	1.8g	5.5g	蛋白質	4.1g	7.8g	蛋白質	4.6g	8.3g	蛋白質	3.4g	7.1g
	脂質	3.1g	3.8g	脂質	5.4g	6.1g	脂質	6.6g	7.3g	脂質	6.3g	7.0g	脂質	5.2g	5.9g
炭水化物	14.1g	52.2g	炭水化物	12.5g	50.6g	炭水化物	15.4g	53.5g	炭水化物	10.7g	48.8g	炭水化物	15.6g	53.7g	
ナトリウム	462mg	984mg	ナトリウム	504mg	1026mg	ナトリウム	726mg	1248mg	ナトリウム	612mg	1134mg	ナトリウム	574mg	1096mg	
食塩相当量	1.2g	2.5g	食塩相当量	1.3g	2.6g	食塩相当量	1.8g	3.2g	食塩相当量	1.6g	2.9g	食塩相当量	1.5g	2.8g	
昼 食	★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 大豆大根煮 卵乳麦 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		★全粥240g 鮭の照焼 麦 ブロッコリーの煮物 乳麦 南瓜とハムのサラダ 卵乳麦 ★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	207kcal	384kcal	エネルギー	156kcal	333kcal	エネルギー	162kcal	339kcal	エネルギー	154kcal	331kcal	エネルギー	208kcal	385kcal
	蛋白質	8.6g	12.3g	蛋白質	6.9g	10.6g	蛋白質	9.2g	12.9g	蛋白質	5.8g	9.5g	蛋白質	10.2g	13.9g
	脂質	9.5g	10.2g	脂質	7.0g	7.7g	脂質	6.8g	7.5g	脂質	6.5g	7.2g	脂質	10.8g	11.5g
炭水化物	20.8g	58.9g	炭水化物	17.4g	55.5g	炭水化物	15.5g	53.6g	炭水化物	17.4g	55.5g	炭水化物	18.1g	56.2g	
ナトリウム	967mg	1489mg	ナトリウム	760mg	1282mg	ナトリウム	870mg	1392mg	ナトリウム	811mg	1333mg	ナトリウム	840mg	1362mg	
食塩相当量	2.5g	3.8g	食塩相当量	1.9g	3.3g	食塩相当量	2.2g	3.5g	食塩相当量	2.1g	3.4g	食塩相当量	2.1g	3.5g	
夕 食	★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		★全粥240g クリームコロッケ 乳麦か きのこの玉子とじ 卵乳麦 鶏肉のすき焼き煮 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	188kcal	365kcal	エネルギー	224kcal	401kcal	エネルギー	172kcal	349kcal	エネルギー	205kcal	382kcal	エネルギー	179kcal	356kcal
	蛋白質	6.9g	10.6g	蛋白質	8.7g	12.4g	蛋白質	9.4g	13.1g	蛋白質	12.0g	15.7g	蛋白質	7.0g	10.7g
	脂質	9.9g	10.6g	脂質	11.2g	11.9g	脂質	6.4g	7.1g	脂質	9.2g	9.9g	脂質	9.0g	9.7g
炭水化物	16.5g	54.6g	炭水化物	21.6g	59.7g	炭水化物	21.2g	59.3g	炭水化物	19.0g	57.1g	炭水化物	17.4g	55.5g	
ナトリウム	855mg	1377mg	ナトリウム	882mg	1404mg	ナトリウム	711mg	1233mg	ナトリウム	942mg	1464mg	ナトリウム	695mg	1217mg	
食塩相当量	2.2g	3.5g	食塩相当量	2.2g	3.6g	食塩相当量	1.8g	3.1g	食塩相当量	2.4g	3.7g	食塩相当量	1.8g	3.1g	
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	486kcal	1017kcal	エネルギー	480kcal	1011kcal	エネルギー	471kcal	1002kcal	エネルギー	478kcal	1009kcal	エネルギー	505kcal	1036kcal
	蛋白質	18.4g	29.5g	蛋白質	17.4g	28.5g	蛋白質	22.7g	33.8g	蛋白質	22.4g	33.5g	蛋白質	20.6g	31.7g
	脂質	22.5g	24.6g	脂質	23.6g	25.7g	脂質	19.8g	21.9g	脂質	22.0g	24.1g	脂質	25.0g	27.1g
	炭水化物	51.4g	165.7g	炭水化物	51.5g	165.8g	炭水化物	52.1g	166.4g	炭水化物	47.1g	161.4g	炭水化物	51.1g	165.4g
ナトリウム	2284mg	3850mg	ナトリウム	2146mg	3712mg	ナトリウム	2307mg	3873mg	ナトリウム	2365mg	3931mg	ナトリウム	2109mg	3675mg	
食塩相当量	5.9g	9.8g	食塩相当量	5.4g	9.5g	食塩相当量	5.8g	9.8g	食塩相当量	6.1g	10.0g	食塩相当量	5.4g	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。