「ムース食」　週間献立表

	11月9日（月）		11月10日（火）		11月11日（水）		11月12日（木）		11月13日（金）	
朝食	★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g	
	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	卵乳麦か	豚すき	乳麦	はんぺんの玉子とじ	卵乳麦
	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	赤玉南瓜の煮物	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
	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 107kcal	284kcal	エネルギー 71kcal	248kcal	エネルギー 98kcal	275kcal	エネルギー 90kcal	267kcal	エネルギー 122kcal	299kcal
	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	蛋白質 3.6g	7.3g
	脂 質 4.2g	4.9g	脂 質 2.8g	3.5g	脂 質 4.0g	4.7g	脂 質 3.1g	3.8g	脂 質 4.5g	5.2g
	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	炭水化物 16.8g	54.9g
	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	ナトリウム 453mg	975mg
	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	食塩相当量 1.2g	2.5g
昼食	★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g	
	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	白身の味噌煮	乳麦
	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	がんも煮	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	野菜の三杯酢	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	栄養価 おかずセット	フルセット
	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	エネルギー 184kcal	361kcal
	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	蛋白質 8.9g	12.6g
	脂 質 7.8g	8.5g	脂 質 7.0g	7.7g	脂 質 11.4g	12.1g	脂 質 11.5g	12.2g	脂 質 8.4g	9.1g
	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	炭水化物 17.9g	56.0g
	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	ナトリウム 825mg	1347mg
	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	食塩相当量 2.1g	3.4g
夕食	★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	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	鶏の幽庵焼き	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	豚肉と大根の煮物	麦
	白菜と若芽の煮物	乳麦	サラダスパゲティ	卵乳麦か	青菜のわさび和え	卵乳麦	切昆布と竹の子の煮物	乳麦	法蓮草のおひたし	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	栄養価 おかずセット	フルセット
	エネルギー 133kcal	310kcal	エネルギー 237kcal	414kcal	エネルギー 175kcal	352kcal	エネルギー 141kcal	318kcal	エネルギー 180kcal	357kcal
	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	蛋白質 7.6g	11.3g
	脂 質 6.4g	7.1g	脂 質 15.4g	16.1g	脂 質 9.9g	10.6g	脂 質 5.7g	6.4g	脂 質 7.8g	8.5g
	炭水化物 14.9g	53.0g	炭水化物 18.1g	56.2g	炭水化物 17.5g	55.6g	炭水化物 16.7g	54.8g	炭水化物 18.5g	56.6g
	ナトリウム 703mg	1225mg	ナトリウム 822mg	1344mg	ナトリウム 898mg	1420mg	ナトリウム 808mg	1330mg	ナトリウム 839mg	1361mg
	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	食塩相当量 2.1g	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	栄養価 おかずセット	フルセット
	エネルギー 419kcal	950kcal	エネルギー 464kcal	995kcal	エネルギー 483kcal	1014kcal	エネルギー 442kcal	973kcal	エネルギー 486kcal	1017kcal
	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	蛋白質 20.1g	31.2g
	脂 質 18.4g	20.5g	脂 質 25.2g	27.3g	脂 質 25.3g	27.4g	脂 質 20.3g	22.4g	脂 質 20.7g	22.8g
	炭水化物 45.6g	159.9g	炭水化物 45.0g	159.3g	炭水化物 47.6g	161.9g	炭水化物 48.6g	162.9g	炭水化物 53.2g	167.5g
	ナトリウム 2119mg	3685mg	ナトリウム 2104mg	3670mg	ナトリウム 2242mg	3808mg	ナトリウム 2088mg	3654mg	ナトリウム 2117mg	3683mg
	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	食塩相当量 5.4g	9.4g

★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

	11月16日(月)		11月17日(火)		11月18日(水)		11月19日(木)		11月20日(金)	
朝食	★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g	
	白菜と麩の玉子とじ	卵乳麦	牛肉と根菜の煮物	乳麦	温泉玉子	卵麦	五色煮豆	卵麦	野菜の味噌風味	乳麦
	昆布の佃煮	麦	青菜のわさび和え	卵乳麦	ふきの煮物	乳麦	大根とひじきの煮物	麦	白花豆煮	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
	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 100kcal	277kcal	エネルギー 148kcal	325kcal	エネルギー 119kcal	296kcal	エネルギー 118kcal	295kcal	エネルギー 119kcal	296kcal
	蛋白質 1.8g	5.5g	蛋白質 4.6g	8.3g	蛋白質 4.6g	8.3g	蛋白質 3.4g	7.1g	蛋白質 3.4g	7.1g
	脂 質 5.4g	6.1g	脂 質 8.3g	9.0g	脂 質 6.3g	7.0g	脂 質 5.2g	5.9g	脂 質 3.1g	3.8g
	炭水化物 12.5g	50.6g	炭水化物 14.4g	52.5g	炭水化物 10.7g	48.8g	炭水化物 15.6g	53.7g	炭水化物 21.3g	59.4g
	ナトリウム 504mg	1026mg	ナトリウム 639mg	1161mg	ナトリウム 612mg	1134mg	ナトリウム 574mg	1096mg	ナトリウム 421mg	943mg
	食塩相当量 1.3g	2.6g	食塩相当量 1.6g	3.0g	食塩相当量 1.6g	2.9g	食塩相当量 1.5g	2.8g	食塩相当量 1.1g	2.4g
昼食	★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g	
	豚肉の生姜焼	乳麦	赤魚の味噌煮	乳麦	鶏肉のカレー風味焼き	乳麦	鮭の照焼	麦	ナスと鶏肉のしぎ焼き	乳麦落
	大豆大根煮	卵乳麦	ひじきと高野豆腐の煮物	乳麦	大根煮	乳麦	ブロッコリーの煮物	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	切干大根とベーコンの煮物	卵乳麦	菜の花のおひたし	乳麦	南瓜とハムのサラダ	卵乳麦	白菜と若芽の煮物	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
	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 156kcal	333kcal	エネルギー 162kcal	339kcal	エネルギー 154kcal	331kcal	エネルギー 208kcal	385kcal	エネルギー 176kcal	353kcal
	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	蛋白質 4.2g	7.9g
	脂 質 7.0g	7.7g	脂 質 6.8g	7.5g	脂 質 6.5g	7.2g	脂 質 10.8g	11.5g	脂 質 9.9g	10.6g
	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	炭水化物 18.6g	56.7g
	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	ナトリウム 792mg	1314mg
	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	食塩相当量 2.0g	3.3g
夕食	★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g	
	白身の竜田揚げ	乳麦	鶏の照焼	乳麦	白身のおろし煮	乳麦	クリームコロッケ	乳麦か	赤魚の生姜煮	乳麦
	肉団子の甘酢煮	卵乳麦	金時豆の煮物	乳麦	昆布煮豆	乳麦	きのこの玉子とじ	卵乳麦	薩摩芋と切昆布の煮物	乳麦
	菜の花の辛子和え	乳麦	若竹煮	麦	ベーコンのごま酢和え	卵乳麦	鶏肉のすき焼き煮	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
	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 224kcal	401kcal	エネルギー 172kcal	349kcal	エネルギー 205kcal	382kcal	エネルギー 179kcal	356kcal	エネルギー 139kcal	316kcal
	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	蛋白質 8.6g	12.3g
	脂 質 11.2g	11.9g	脂 質 6.4g	7.1g	脂 質 9.2g	9.9g	脂 質 9.0g	9.7g	脂 質 4.6g	5.3g
	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	炭水化物 16.7g	54.8g
	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	ナトリウム 953mg	1475mg
	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	食塩相当量 2.4g	3.8g
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	栄養価 おかずセット	フルセット
	エネルギー 480kcal	1011kcal	エネルギー 482kcal	1013kcal	エネルギー 478kcal	1009kcal	エネルギー 505kcal	1036kcal	エネルギー 434kcal	965kcal
	蛋白質 17.4g	28.5g	蛋白質 23.2g	34.3g	蛋白質 22.4g	33.5g	蛋白質 20.6g	31.7g	蛋白質 16.2g	27.3g
	脂 質 23.6g	25.7g	脂 質 21.5g	23.6g	脂 質 22.0g	24.1g	脂 質 25.0g	27.1g	脂 質 17.6g	19.7g
	炭水化物 51.5g	165.8g	炭水化物 51.1g	165.4g	炭水化物 47.1g	161.4g	炭水化物 51.1g	165.4g	炭水化物 56.6g	170.9g
	ナトリウム 2146mg	3712mg	ナトリウム 2220mg	3786mg	ナトリウム 2365mg	3931mg	ナトリウム 2109mg	3675mg	ナトリウム 2166mg	3732mg
	食塩相当量 5.4g	9.5g	食塩相当量 5.6g	9.6g	食塩相当量 6.1g	10.0g	食塩相当量 5.4g	9.4g	食塩相当量 5.5g	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
（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

	11月23日(月)		11月24日(火)		11月25日(水)		11月26日(木)		11月27日(金)	
朝食	★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g	
	ブロッコリーと鶏肉の煮物	乳麦	五目豆腐煮	乳麦	肉団子の甘酢煮	卵乳麦	豚肉と大根の煮物	麦	牛肉と根菜の煮物	乳麦
	ゴボウのピリ辛サラダ	卵乳麦	若芽とパインの酢の物	麦	一夜漬	乳麦	若芽のゴマ酢和え	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
	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 124kcal	301kcal	エネルギー 97kcal	274kcal	エネルギー 105kcal	282kcal	エネルギー 103kcal	280kcal	エネルギー 142kcal	319kcal
	蛋白質 3.9g	7.6g	蛋白質 2.1g	5.8g	蛋白質 2.6g	6.3g	蛋白質 2.9g	6.6g	蛋白質 4.0g	7.7g
	脂 質 7.2g	7.9g	脂 質 4.4g	5.1g	脂 質 4.8g	5.5g	脂 質 4.2g	4.9g	脂 質 6.9g	7.6g
	炭水化物 9.9g	48.0g	炭水化物 13.1g	51.2g	炭水化物 13.3g	51.4g	炭水化物 13.0g	51.1g	炭水化物 17.2g	55.3g
	ナトリウム 492mg	1014mg	ナトリウム 565mg	1087mg	ナトリウム 584mg	1106mg	ナトリウム 462mg	984mg	ナトリウム 626mg	1148mg
	食塩相当量 1.3g	2.6g	食塩相当量 1.4g	2.8g	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
昼食	★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g	
	焼肉炒め	乳麦	スパイシーチキン	乳麦	白身の味噌煮	乳麦	鶏の幽庵焼き	乳麦	鮭の西京焼	乳麦
	切昆布と竹の子の煮物	乳麦	大根と椎茸の煮物	麦	大根の千切煮	乳麦	昆布煮豆	乳麦	油揚と菜の花の煮物	麦
	大根なます	麦	マリーネサラダ	卵乳麦	もやしサラダ	卵乳麦	ハムとブロッコリーのマリーネ	卵乳麦	ゴボウのピリ辛サラダ	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
	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 148kcal	325kcal	エネルギー 213kcal	390kcal	エネルギー 170kcal	347kcal	エネルギー 193kcal	370kcal	エネルギー 215kcal	392kcal
	蛋白質 3.3g	7.0g	蛋白質 6.0g	9.7g	蛋白質 8.9g	12.6g	蛋白質 8.4g	12.1g	蛋白質 8.0g	11.7g
	脂 質 6.4g	7.1g	脂 質 12.7g	13.4g	脂 質 7.2g	7.9g	脂 質 9.6g	10.3g	脂 質 10.8g	11.5g
	炭水化物 19.5g	57.6g	炭水化物 18.7g	56.8g	炭水化物 17.3g	55.4g	炭水化物 17.5g	55.6g	炭水化物 20.2g	58.3g
	ナトリウム 841mg	1363mg	ナトリウム 794mg	1316mg	ナトリウム 927mg	1449mg	ナトリウム 809mg	1331mg	ナトリウム 756mg	1278mg
	食塩相当量 2.1g	3.5g	食塩相当量 2.0g	3.3g	食塩相当量 2.4g	3.7g	食塩相当量 2.1g	3.4g	食塩相当量 1.9g	3.3g
夕食	★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g	
	鶏の西京焼き	乳麦	鮭のおろし煮	麦	とんかつ	卵乳麦	白身魚しんじょう	卵乳麦	鶏肉のデミソース煮	乳麦
	きのこきんぴら	乳麦	金時豆の煮物	乳麦	ひじきとベーコンの煮物	卵乳麦	がんも煮	麦	白菜と麩の玉子とじ	卵乳麦
	青菜のおひたし	乳麦	野菜の三杯酢	麦	サラダスパゲティ	卵乳麦か	菜の花の辛子和え	乳麦	大豆大根煮	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
	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 161kcal	338kcal	エネルギー 193kcal	370kcal	エネルギー 289kcal	466kcal	エネルギー 208kcal	385kcal	エネルギー 173kcal	350kcal
	蛋白質 6.1g	9.8g	蛋白質 9.4g	13.1g	蛋白質 4.7g	8.4g	蛋白質 6.9g	10.6g	蛋白質 6.7g	10.4g
	脂 質 7.0g	7.7g	脂 質 7.2g	7.9g	脂 質 20.6g	21.3g	脂 質 11.9g	12.6g	脂 質 9.7g	10.4g
	炭水化物 19.7g	57.8g	炭水化物 24.5g	62.6g	炭水化物 20.6g	58.7g	炭水化物 17.8g	55.9g	炭水化物 15.2g	53.3g
	ナトリウム 822mg	1344mg	ナトリウム 647mg	1169mg	ナトリウム 797mg	1319mg	ナトリウム 871mg	1393mg	ナトリウム 726mg	1248mg
	食塩相当量 2.1g	3.4g	食塩相当量 1.6g	3.0g	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
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	栄養価 おかずセット	フルセット
	エネルギー 433kcal	964kcal	エネルギー 503kcal	1034kcal	エネルギー 564kcal	1095kcal	エネルギー 504kcal	1035kcal	エネルギー 530kcal	1061kcal
	蛋白質 13.3g	24.4g	蛋白質 17.5g	28.6g	蛋白質 16.2g	27.3g	蛋白質 18.2g	29.3g	蛋白質 18.7g	29.8g
	脂 質 20.6g	22.7g	脂 質 24.3g	26.4g	脂 質 32.6g	34.7g	脂 質 25.7g	27.8g	脂 質 27.4g	29.5g
	炭水化物 49.1g	163.4g	炭水化物 56.3g	170.6g	炭水化物 51.2g	165.5g	炭水化物 48.3g	162.6g	炭水化物 52.6g	166.9g
	ナトリウム 2155mg	3721mg	ナトリウム 2006mg	3572mg	ナトリウム 2308mg	3874mg	ナトリウム 2142mg	3708mg	ナトリウム 2108mg	3674mg
	食塩相当量 5.5g	9.5g	食塩相当量 5.0g	9.1g	食塩相当量 5.9g	9.9g	食塩相当量 5.5g	9.4g	食塩相当量 5.3g	9.4g

★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