

「ムース食」 週間献立表

	11月2日(月)		11月3日(火)		11月4日(水)		11月5日(木)		11月6日(金)		
朝 食	★全粥240g	切干大根と小松菜の煮物	★全粥240g	ブロッコリーと鶏肉の煮物	★全粥240g	えんどう豆とベーコン炒め	★全粥240g	肉団子の甘酢煮	★全粥240g	豚肉と大根の煮物	
	ひじき煮	麦	乳麦	麦	卵乳麦	麦	卵乳麦	麦	乳麦	麦	
	★味噌汁	麦	★味噌汁	麦	★味噌汁	麦	★味噌汁	麦	★味噌汁	麦	
	栄養価	栄養価	栄養価	栄養価	栄養価	栄養価	栄養価	栄養価	栄養価	栄養価	
	エネルギー	76kcal	250kcal	123kcal	297kcal	86kcal	260kcal	106kcal	280kcal	106kcal	280kcal
	蛋白質	0.8g	4.6g	3.8g	7.6g	2.6g	6.4g	2.6g	6.4g	2.9g	6.7g
	脂質	3.8g	4.5g	7.1g	7.8g	3.1g	3.8g	4.8g	5.5g	4.6g	5.3g
	炭水化物	10.9g	49.3g	10.0g	48.4g	12.4g	50.8g	13.4g	51.8g	13.3g	51.7g
ナトリウム	424mg	947mg	498mg	1021mg	550mg	1073mg	581mg	1104mg	426mg	949mg	
塩分	食塩相当量 1.1g	2.4g	食塩相当量 1.3g	2.6g	食塩相当量 1.4g	2.7g	食塩相当量 1.5g	2.8g	食塩相当量 1.1g	2.4g	
昼 食	★全粥240g	和風煮込みハンバーグ	★全粥240g	焼肉炒め	★全粥240g	スパイシーチキン	★全粥240g	白身の味噌煮	★全粥240g	鶏の幽庵焼き	
	五色煮	乳麦	乳麦	麦	卵乳麦	麦	卵乳麦	麦	卵乳麦	麦	
	青菜のわさび和え	卵乳麦	卵乳麦	麦	卵乳麦	麦	卵乳麦	麦	卵乳麦	麦	
	★味噌汁	麦	★味噌汁	麦	★味噌汁	麦	★味噌汁	麦	★味噌汁	麦	
	栄養価	栄養価	栄養価	栄養価	栄養価	栄養価	栄養価	栄養価	栄養価	栄養価	
	エネルギー	168kcal	342kcal	148kcal	322kcal	212kcal	386kcal	164kcal	338kcal	199kcal	373kcal
	蛋白質	4.4g	8.2g	3.3g	7.1g	5.6g	9.4g	8.8g	12.6g	8.7g	12.5g
	脂質	8.9g	9.6g	6.4g	7.1g	12.6g	13.3g	6.6g	7.3g	9.8g	10.5g
炭水化物	16.8g	55.2g	19.5g	57.9g	19.0g	57.4g	17.4g	55.8g	18.2g	56.6g	
ナトリウム	844mg	1367mg	831mg	1354mg	816mg	1339mg	928mg	1451mg	807mg	1330mg	
塩分	食塩相当量 2.1g	3.5g	食塩相当量 2.1g	3.4g	食塩相当量 2.1g	3.4g	食塩相当量 2.4g	3.7g	食塩相当量 2.1g	3.4g	
夕 食	★全粥240g	白身の照焼き	★全粥240g	鶏の西京焼き	★全粥240g	鮭のおろし煮	★全粥240g	とんかつ	★全粥240g	白身魚しんじょう	
	鶏団子の中華風	卵乳麦	卵乳麦	麦	卵乳麦	麦	卵乳麦	麦	卵乳麦	麦	
	大根と竹輪の酢の物	卵乳麦	卵乳麦	麦	卵乳麦	麦	卵乳麦	麦	卵乳麦	麦	
	★味噌汁	麦	★味噌汁	麦	★味噌汁	麦	★味噌汁	麦	★味噌汁	麦	
	栄養価	栄養価	栄養価	栄養価	栄養価	栄養価	栄養価	栄養価	栄養価	栄養価	
	エネルギー	149kcal	323kcal	163kcal	337kcal	210kcal	384kcal	283kcal	457kcal	212kcal	386kcal
	蛋白質	6.6g	10.4g	6.1g	9.9g	9.1g	12.9g	4.7g	8.5g	6.8g	10.6g
	脂質	5.8g	6.5g	7.0g	7.7g	8.4g	9.1g	20.3g	21.0g	12.2g	12.9g
炭水化物	17.2g	55.6g	19.6g	58.0g	24.9g	63.3g	19.7g	58.1g	18.3g	56.7g	
ナトリウム	737mg	1260mg	815mg	1338mg	638mg	1161mg	805mg	1328mg	860mg	1383mg	
塩分	食塩相当量 1.9g	3.2g	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	
合 計	栄養価	栄養価	栄養価	栄養価	栄養価	栄養価	栄養価	栄養価	栄養価	栄養価	栄養価
	エネルギー	393kcal	915kcal	434kcal	956kcal	508kcal	1030kcal	553kcal	1075kcal	517kcal	1039kcal
	蛋白質	11.8g	23.2g	13.2g	24.6g	17.3g	28.7g	16.1g	27.5g	18.4g	29.8g
	脂質	18.5g	20.6g	20.5g	22.6g	24.1g	26.2g	31.7g	33.8g	26.6g	28.7g
	炭水化物	44.9g	160.1g	49.1g	164.3g	56.3g	171.5g	50.5g	165.7g	49.8g	165.0g
	ナトリウム	2005mg	3574mg	2144mg	3713mg	2004mg	3573mg	2314mg	3883mg	2093mg	3662mg
塩分	食塩相当量 5.1g	9.1g	食塩相当量 5.5g	9.4g	食塩相当量 5.1g	9.1g	食塩相当量 5.9g	9.9g	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(嚥下困難者用食品)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