

「ムース食」 週間献立表

	4月12日(月)			4月13日(火)			4月14日(水)			4月15日(木)			4月16日(金)							
朝 食	★全粥240g 温泉玉子 ふきの煮物 ★味噌汁			★全粥240g 卵麦 五色煮豆 卵麦 大根とひじきの煮物 麦 ★味噌汁			★全粥240g 野菜の味噌風味 乳麦 白花豆煮 麦 ★味噌汁			★全粥240g 豚すき 一夜漬 乳麦 麦 ★味噌汁			★全粥240g 切干大根と小松菜の煮物 麦 ひじき煮 乳麦 麦 ★味噌汁							
	栄養価	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	栄養価	おかずセット	フルセット				
	エネルギー	エネルギー	119kcal	293kcal	エネルギー	エネルギー	119kcal	293kcal	エネルギー	エネルギー	124kcal	298kcal	エネルギー	エネルギー	73kcal	247kcal	エネルギー	エネルギー	76kcal	250kcal
	蛋白質	蛋白質	4.6g	8.4g	蛋白質	蛋白質	3.4g	7.2g	蛋白質	蛋白質	3.4g	7.2g	蛋白質	蛋白質	2.1g	5.9g	蛋白質	蛋白質	0.8g	4.6g
	脂質	脂質	6.3g	7.0g	脂質	脂質	5.2g	5.9g	脂質	脂質	3.1g	3.8g	脂質	脂質	2.6g	3.3g	脂質	脂質	3.8g	4.5g
	炭水化物	炭水化物	10.7g	49.1g	炭水化物	炭水化物	15.6g	54.0g	炭水化物	炭水化物	21.3g	59.7g	炭水化物	炭水化物	11.2g	49.6g	炭水化物	炭水化物	10.9g	49.3g
	ナトリウム	ナトリウム	609mg	1132mg	ナトリウム	ナトリウム	571mg	1094mg	ナトリウム	ナトリウム	415mg	938mg	ナトリウム	ナトリウム	554mg	1077mg	ナトリウム	ナトリウム	424mg	947mg
塩分	食塩相当量	1.5g	2.9g	食塩相当量	食塩相当量	1.5g	2.8g	食塩相当量	食塩相当量	1.1g	2.4g	食塩相当量	食塩相当量	1.4g	2.7g	食塩相当量	食塩相当量	1.1g	2.4g	
昼 食	★全粥240g 鶏肉のカレー風味焼き 大根煮 菜の花のおひたし ★味噌汁			★全粥240g 乳麦 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 麦 ★味噌汁			★全粥240g ナスと鶏肉のしぎ焼き 乳麦落 卵麦か 枝豆とかにかまの煮物 卵麦 白菜と若芽の煮物 乳麦 麦 ★味噌汁			★全粥240g 白身フライタルタル 卵乳麦 卵乳麦 大根とベーコンの煮物 卵乳麦 法蓮草のおひたし 乳麦 麦 ★味噌汁			★全粥240g 和風煮込みハンバーグ 乳麦 乳麦 五色煮 乳麦 青菜のわさび和え 卵乳麦 麦 ★味噌汁							
	栄養価	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	栄養価	おかずセット	フルセット				
	エネルギー	エネルギー	153kcal	327kcal	エネルギー	エネルギー	224kcal	398kcal	エネルギー	エネルギー	164kcal	338kcal	エネルギー	エネルギー	204kcal	378kcal	エネルギー	エネルギー	168kcal	342kcal
	蛋白質	蛋白質	5.9g	9.7g	蛋白質	蛋白質	10.2g	14.0g	蛋白質	蛋白質	4.1g	7.9g	蛋白質	蛋白質	6.6g	10.4g	蛋白質	蛋白質	4.4g	8.2g
	脂質	脂質	6.5g	7.2g	脂質	脂質	12.1g	12.8g	脂質	脂質	7.9g	8.6g	脂質	脂質	11.4g	12.1g	脂質	脂質	8.9g	9.6g
	炭水化物	炭水化物	17.4g	55.8g	炭水化物	炭水化物	18.1g	56.5g	炭水化物	炭水化物	17.6g	56.0g	炭水化物	炭水化物	18.8g	57.2g	炭水化物	炭水化物	16.8g	55.2g
	ナトリウム	ナトリウム	806mg	1329mg	ナトリウム	ナトリウム	840mg	1363mg	ナトリウム	ナトリウム	776mg	1299mg	ナトリウム	ナトリウム	892mg	1415mg	ナトリウム	ナトリウム	844mg	1367mg
塩分	食塩相当量	2.1g	3.4g	食塩相当量	食塩相当量	2.1g	3.5g	食塩相当量	食塩相当量	2.0g	3.3g	食塩相当量	食塩相当量	2.3g	3.6g	食塩相当量	食塩相当量	2.1g	3.5g	
夕 食	★全粥240g 白身のおろし煮 昆布煮豆 ベーコンのごま酢和え ★味噌汁			★全粥240g 乳麦 クリームコロッケ 卵乳麦か きのこの玉子とじ 卵乳麦 麦 ★味噌汁			★全粥240g 赤魚の生姜煮 乳麦 鶏肉のイタリアンソース煮 卵乳麦 法蓮草とハムのマリネ 卵乳麦 はんぺんの玉子とじ 卵乳麦 黒豆煮 乳麦 麦 ★味噌汁			★全粥240g 鶏肉のイタリアンソース煮 乳麦 白身の照焼き 卵乳麦 鶏団子の中華風 卵乳麦か 大根と竹輪の酢の物 乳麦 麦 ★味噌汁										
	栄養価	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	栄養価	おかずセット	フルセット				
	エネルギー	エネルギー	211kcal	385kcal	エネルギー	エネルギー	183kcal	357kcal	エネルギー	エネルギー	140kcal	314kcal	エネルギー	エネルギー	176kcal	350kcal	エネルギー	エネルギー	149kcal	323kcal
	蛋白質	蛋白質	12.1g	15.9g	蛋白質	蛋白質	7.2g	11.0g	蛋白質	蛋白質	8.5g	12.3g	蛋白質	蛋白質	8.4g	12.2g	蛋白質	蛋白質	6.6g	10.4g
	脂質	脂質	9.5g	10.2g	脂質	脂質	9.5g	10.2g	脂質	脂質	4.6g	5.3g	脂質	脂質	8.7g	9.4g	脂質	脂質	5.8g	6.5g
	炭水化物	炭水化物	19.8g	58.2g	炭水化物	炭水化物	17.2g	55.6g	炭水化物	炭水化物	16.7g	55.1g	炭水化物	炭水化物	15.4g	53.8g	炭水化物	炭水化物	17.2g	55.6g
	ナトリウム	ナトリウム	922mg	1445mg	ナトリウム	ナトリウム	701mg	1224mg	ナトリウム	ナトリウム	958mg	1481mg	ナトリウム	ナトリウム	622mg	1145mg	ナトリウム	ナトリウム	737mg	1260mg
塩分	食塩相当量	2.3g	3.7g	食塩相当量	食塩相当量	1.8g	3.1g	食塩相当量	食塩相当量	2.4g	3.8g	食塩相当量	食塩相当量	1.6g	2.9g	食塩相当量	食塩相当量	1.9g	3.2g	
合 計	栄養価	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	栄養価	おかずセット	フルセット				
	エネルギー	エネルギー	483kcal	1005kcal	エネルギー	エネルギー	526kcal	1048kcal	エネルギー	エネルギー	428kcal	950kcal	エネルギー	エネルギー	453kcal	975kcal	エネルギー	エネルギー	393kcal	915kcal
	蛋白質	蛋白質	22.6g	34.0g	蛋白質	蛋白質	20.8g	32.2g	蛋白質	蛋白質	16.0g	27.4g	蛋白質	蛋白質	17.1g	28.5g	蛋白質	蛋白質	11.8g	23.2g
	脂質	脂質	22.3g	24.4g	脂質	脂質	26.8g	28.9g	脂質	脂質	15.6g	17.7g	脂質	脂質	22.7g	24.8g	脂質	脂質	18.5g	20.6g
	炭水化物	炭水化物	47.9g	163.1g	炭水化物	炭水化物	50.9g	166.1g	炭水化物	炭水化物	55.6g	170.8g	炭水化物	炭水化物	45.4g	160.6g	炭水化物	炭水化物	44.9g	160.1g
	ナトリウム	ナトリウム	2337mg	3906mg	ナトリウム	ナトリウム	2112mg	3681mg	ナトリウム	ナトリウム	2149mg	3718mg	ナトリウム	ナトリウム	2068mg	3637mg	ナトリウム	ナトリウム	2005mg	3574mg
	塩分	食塩相当量	5.9g	10.0g	食塩相当量	食塩相当量	5.4g	9.4g	食塩相当量	食塩相当量	5.5g	9.5g	食塩相当量	食塩相当量	5.3g	9.2g	食塩相当量	食塩相当量	5.1g	9.1g

★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。

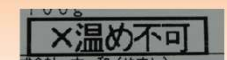
ムース食は消費者庁許可の特別用途食品(嚥下困難者用食品)ではありません。
嚥下食などの食事療法として利用される場合は事前に医師にご相談ください。

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。



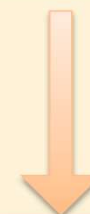
次にフタをして15分程温めます。追加で火はかけません。

- (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