

「ムース食」 週間献立表

	6月14日(月)			6月15日(火)			6月16日(水)			6月17日(木)			6月18日(金)			
朝 食	★全粥240g	大根の千切煮	乳麦	★全粥240g	白菜と麩の玉子とじ	卵乳麦	★全粥240g	牛肉と根菜の煮物	乳麦	★全粥240g	温泉玉子	卵麦	★全粥240g	五色煮豆	卵麦	
	★味噌汁	若芽の酢味噌和え	乳麦	★味噌汁	昆布の佃煮	麦	★味噌汁	メンマの中華和え	乳麦	★味噌汁	ふきの煮物	乳麦	★味噌汁	大根とひじきの煮物	麦	
	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	90kcal	264kcal	エネルギー	エネルギー	102kcal	276kcal	エネルギー	エネルギー	119kcal	293kcal	エネルギー	エネルギー	119kcal	293kcal
	蛋白質	蛋白質	2.9g	6.7g	蛋白質	蛋白質	1.9g	5.7g	蛋白質	蛋白質	4.1g	7.9g	蛋白質	蛋白質	3.4g	7.2g
	脂質	脂質	3.1g	3.8g	脂質	脂質	5.4g	6.1g	脂質	脂質	6.7g	7.4g	脂質	脂質	5.2g	5.9g
	炭水化物	炭水化物	14.0g	52.4g	炭水化物	炭水化物	12.8g	51.2g	炭水化物	炭水化物	15.4g	53.8g	炭水化物	炭水化物	10.7g	49.1g
ナトリウム	ナトリウム	453mg	976mg	ナトリウム	ナトリウム	487mg	1010mg	ナトリウム	ナトリウム	763mg	1286mg	ナトリウム	ナトリウム	609mg	1132mg	
塩分	食塩相当量	1.2g	2.5g	食塩相当量	食塩相当量	1.2g	2.6g	食塩相当量	食塩相当量	1.9g	3.3g	食塩相当量	食塩相当量	1.5g	2.9g	
昼 食	★全粥240g	鮭の西京焼	乳麦	★全粥240g	豚肉の生姜焼	乳麦	★全粥240g	赤魚の味噌煮	乳麦	★全粥240g	鶏肉のカレー風味焼き	乳麦	★全粥240g	鮭の照焼	麦	
	★味噌汁	ひじきとベーコンの煮物	卵乳麦	★味噌汁	五目豆腐煮	乳麦	★味噌汁	ひじきと高野豆腐の煮物	乳麦	★味噌汁	大根煮	乳麦	★味噌汁	ブロッコリーの煮物	乳麦	
	★味噌汁	もやしサラダ	卵乳麦	★味噌汁	法蓮草と油揚げの煮物	麦	★味噌汁	切干大根とベーコンの煮物	卵乳麦	★味噌汁	菜の花のおひたし	乳麦	★味噌汁	南瓜とハムのサラダ	卵乳麦	
	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	218kcal	392kcal	エネルギー	エネルギー	165kcal	339kcal	エネルギー	エネルギー	163kcal	337kcal	エネルギー	エネルギー	224kcal	398kcal
	蛋白質	蛋白質	8.3g	12.1g	蛋白質	蛋白質	7.0g	10.8g	蛋白質	蛋白質	9.2g	13.0g	蛋白質	蛋白質	10.2g	14.0g
	脂質	脂質	11.3g	12.0g	脂質	脂質	7.9g	8.6g	脂質	脂質	6.8g	7.5g	脂質	脂質	6.5g	7.2g
炭水化物	炭水化物	19.9g	58.3g	炭水化物	炭水化物	17.2g	55.6g	炭水化物	炭水化物	15.5g	53.9g	炭水化物	炭水化物	17.4g	55.8g	
ナトリウム	ナトリウム	962mg	1485mg	ナトリウム	ナトリウム	829mg	1352mg	ナトリウム	ナトリウム	867mg	1390mg	ナトリウム	ナトリウム	806mg	1329mg	
塩分	食塩相当量	2.4g	3.8g	食塩相当量	食塩相当量	2.1g	3.4g	食塩相当量	食塩相当量	2.2g	3.5g	食塩相当量	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	★全粥240g	白身の竜田揚げ	乳麦	★全粥240g	鶏の照焼	乳麦	★全粥240g	白身のおろし煮	乳麦	★全粥240g	クリームコロッケ	卵乳麦	
	★味噌汁	竹輪の五色きんぴら	乳麦	★味噌汁	肉団子の甘酢煮	卵乳麦	★味噌汁	金時豆の煮物	乳麦	★味噌汁	昆布煮豆	乳麦	★味噌汁	きのこの玉子とじ	卵乳麦	
	★味噌汁	ハムとブロッコリーのマリネ	卵乳麦	★味噌汁	菜の花の辛子和え	乳麦	★味噌汁	若竹煮	麦	★味噌汁	ベーコンのごま酢和え	卵乳麦	★味噌汁	鶏肉のすき焼き煮	麦	
	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	203kcal	377kcal	エネルギー	エネルギー	228kcal	402kcal	エネルギー	エネルギー	176kcal	350kcal	エネルギー	エネルギー	211kcal	385kcal
	蛋白質	蛋白質	6.8g	10.6g	蛋白質	蛋白質	8.4g	12.2g	蛋白質	蛋白質	9.2g	13.0g	蛋白質	蛋白質	12.1g	15.9g
	脂質	脂質	11.2g	11.9g	脂質	脂質	11.4g	12.1g	脂質	脂質	6.3g	7.0g	脂質	脂質	9.5g	10.2g
炭水化物	炭水化物	17.1g	55.5g	炭水化物	炭水化物	22.4g	60.8g	炭水化物	炭水化物	21.3g	59.7g	炭水化物	炭水化物	19.8g	58.2g	
ナトリウム	ナトリウム	826mg	1349mg	ナトリウム	ナトリウム	870mg	1393mg	ナトリウム	ナトリウム	700mg	1223mg	ナトリウム	ナトリウム	922mg	1445mg	
塩分	食塩相当量	2.1g	3.4g	食塩相当量	食塩相当量	2.2g	3.5g	食塩相当量	食塩相当量	1.8g	3.1g	食塩相当量	食塩相当量	2.3g	3.7g	
合 計	★全粥240g	★全粥240g	★全粥240g	★全粥240g	★全粥240g	★全粥240g	★全粥240g	★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	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	511kcal	1033kcal	エネルギー	エネルギー	495kcal	1017kcal	エネルギー	エネルギー	477kcal	999kcal	エネルギー	エネルギー	483kcal	1005kcal
	蛋白質	蛋白質	18.0g	29.4g	蛋白質	蛋白質	17.3g	28.7g	蛋白質	蛋白質	22.5g	33.9g	蛋白質	蛋白質	22.6g	34.0g
	脂質	脂質	25.6g	27.7g	脂質	脂質	24.7g	26.8g	脂質	脂質	19.8g	21.9g	脂質	脂質	22.3g	24.4g
	炭水化物	炭水化物	51.0g	166.2g	炭水化物	炭水化物	52.4g	167.6g	炭水化物	炭水化物	52.2g	167.4g	炭水化物	炭水化物	47.9g	163.1g
	ナトリウム	ナトリウム	2241mg	3810mg	ナトリウム	ナトリウム	2186mg	3755mg	ナトリウム	ナトリウム	2330mg	3899mg	ナトリウム	ナトリウム	2337mg	3906mg
塩分	食塩相当量	5.7g	9.7g	食塩相当量	食塩相当量	5.5g	9.5g	食塩相当量	食塩相当量	5.9g	9.9g	食塩相当量	食塩相当量	5.9g	10.0g	

★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。



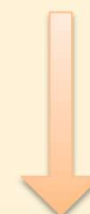
次にフタをして**15分程**温めます。追加で**火はかけません**。

- (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