

「ムース食」 週間献立表

	8月9日(月)			8月10日(火)			8月11日(水)			8月12日(木)			8月13日(金)			
朝 食	★全粥240g	鶏つくねとフキの煮物		★全粥240g	温泉玉子		★全粥240g	金時豆の煮物		★全粥240g	五目豆腐煮		★全粥240g	フロッコリーと鶏肉の煮物		
	菜の花のおひたし	卵乳麦	乳麦	一夜漬	卵麦	乳麦	若竹煮	麦	麦	大根なます	麦	麦	大根と椎茸の煮物	麦	麦	
	★味噌汁	麦	麦	★味噌汁	麦	麦	★味噌汁	麦	麦	★味噌汁	麦	麦	★味噌汁	麦	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	108kcal	282kcal	エネルギー	エネルギー	104kcal	278kcal	エネルギー	エネルギー	99kcal	273kcal	エネルギー	エネルギー	95kcal	269kcal
	蛋白質	蛋白質	2.7g	6.5g	蛋白質	蛋白質	4.5g	8.3g	蛋白質	蛋白質	4.2g	8.0g	蛋白質	蛋白質	2.3g	6.1g
	脂質	脂質	4.7g	5.4g	脂質	脂質	5.6g	6.3g	脂質	脂質	2.3g	3.0g	脂質	脂質	4.0g	4.7g
炭水化物	炭水化物	13.2g	51.6g	炭水化物	炭水化物	8.6g	47.0g	炭水化物	炭水化物	16.5g	54.9g	炭水化物	炭水化物	12.5g	50.9g	
ナトリウム	ナトリウム	562mg	1085mg	ナトリウム	ナトリウム	603mg	1126mg	ナトリウム	ナトリウム	427mg	950mg	ナトリウム	ナトリウム	523mg	1046mg	
塩分	食塩相当量	1.4g	2.8g	食塩相当量	食塩相当量	1.5g	2.9g	食塩相当量	食塩相当量	1.1g	2.4g	食塩相当量	食塩相当量	1.3g	2.7g	
昼 食	★全粥240g	赤魚の味噌煮		★全粥240g	鶏肉のカレー風味焼き		★全粥240g	鮭の照焼		★全粥240g	クリームコロッケ		★全粥240g	赤魚の生姜煮		
	薩摩芋と切昆布の煮物	乳麦	乳麦	牛肉と根菜の煮物	乳麦	乳麦	ひじきと高野豆腐の煮物	乳麦	乳麦	鶏肉のすき焼き煮	卵乳麦	麦	野菜の味噌風味	乳麦	乳麦	
	もやしサラダ	卵乳麦	卵乳麦	メンマの中華和え	乳麦	乳麦	菜の花の辛子和え	乳麦	乳麦	えんどう豆とベーコン炒め	卵乳麦	卵乳麦	南瓜とハムのサラダ	卵乳麦	卵乳麦	
	★味噌汁	麦	麦	★味噌汁	麦	麦	★味噌汁	麦	麦	★味噌汁	麦	麦	★味噌汁	麦	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	168kcal	342kcal	エネルギー	エネルギー	203kcal	377kcal	エネルギー	エネルギー	187kcal	361kcal	エネルギー	エネルギー	180kcal	354kcal
	蛋白質	蛋白質	7.6g	11.4g	蛋白質	蛋白質	7.4g	11.2g	蛋白質	蛋白質	9.2g	13.0g	蛋白質	蛋白質	6.5g	10.3g
脂質	脂質	7.0g	7.7g	脂質	脂質	10.4g	11.1g	脂質	脂質	9.2g	9.9g	脂質	脂質	9.3g	10.0g	
炭水化物	炭水化物	19.0g	57.4g	炭水化物	炭水化物	19.8g	58.2g	炭水化物	炭水化物	16.3g	54.7g	炭水化物	炭水化物	17.7g	56.1g	
ナトリウム	ナトリウム	999mg	1522mg	ナトリウム	ナトリウム	1008mg	1531mg	ナトリウム	ナトリウム	809mg	1332mg	ナトリウム	ナトリウム	775mg	1298mg	
塩分	食塩相当量	2.5g	3.9g	食塩相当量	食塩相当量	2.6g	3.9g	食塩相当量	食塩相当量	2.1g	3.4g	食塩相当量	食塩相当量	2.0g	3.3g	
夕 食	★全粥240g	豚肉の生姜焼		★全粥240g	白身フライタルタル		★全粥240g	ナスと鶏肉のしぎ焼き		★全粥240g	白身のおろし煮		★全粥240g	鶏肉のイタリアンソース煮		
	大根の千切煮	乳麦	乳麦	ハムとフロッコリーのマリネ	卵乳麦	卵乳麦	白菜と麩の玉子とじ	卵乳麦	卵乳麦	昆布煮豆	乳麦	乳麦	枝豆とかにかまの煮物	卵麦	卵麦	
	ひじきとベーコンの煮物	卵乳麦	卵乳麦	大豆大根煮	卵乳麦	卵乳麦	切干大根とベーコンの煮物	卵乳麦	卵乳麦	青菜のおひたし	乳麦	乳麦	白菜と若芽の煮物	乳麦	乳麦	
	★味噌汁	麦	麦	★味噌汁	麦	麦	★味噌汁	麦	麦	★味噌汁	麦	麦	★味噌汁	麦	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	164kcal	338kcal	エネルギー	エネルギー	201kcal	375kcal	エネルギー	エネルギー	188kcal	362kcal	エネルギー	エネルギー	197kcal	371kcal
	蛋白質	蛋白質	6.6g	10.4g	蛋白質	蛋白質	4.5g	8.3g	蛋白質	蛋白質	6.3g	10.1g	蛋白質	蛋白質	11.4g	15.2g
脂質	脂質	7.9g	8.6g	脂質	脂質	12.4g	13.1g	脂質	脂質	10.1g	10.8g	脂質	脂質	8.1g	8.8g	
炭水化物	炭水化物	16.7g	55.1g	炭水化物	炭水化物	18.5g	56.9g	炭水化物	炭水化物	16.3g	54.7g	炭水化物	炭水化物	20.3g	58.7g	
ナトリウム	ナトリウム	752mg	1275mg	ナトリウム	ナトリウム	846mg	1369mg	ナトリウム	ナトリウム	810mg	1333mg	ナトリウム	ナトリウム	887mg	1410mg	
塩分	食塩相当量	1.9g	3.2g	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	3.4g	食塩相当量	食塩相当量	2.3g	3.6g	
合 計	★全粥240g	鶏つくねとフキの煮物		★全粥240g	温泉玉子		★全粥240g	金時豆の煮物		★全粥240g	五目豆腐煮		★全粥240g	フロッコリーと鶏肉の煮物		
	菜の花のおひたし	卵乳麦	乳麦	一夜漬	卵麦	乳麦	若竹煮	麦	麦	大根なます	麦	麦	大根と椎茸の煮物	麦	麦	
	★味噌汁	麦	麦	★味噌汁	麦	麦	★味噌汁	麦	麦	★味噌汁	麦	麦	★味噌汁	麦	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	440kcal	962kcal	エネルギー	エネルギー	508kcal	1030kcal	エネルギー	エネルギー	474kcal	996kcal	エネルギー	エネルギー	472kcal	994kcal
	蛋白質	蛋白質	16.9g	28.3g	蛋白質	蛋白質	16.4g	27.8g	蛋白質	蛋白質	19.7g	31.1g	蛋白質	蛋白質	20.2g	31.6g
	脂質	脂質	19.6g	21.7g	脂質	脂質	28.4g	30.5g	脂質	脂質	21.6g	23.7g	脂質	脂質	21.4g	23.5g
炭水化物	炭水化物	48.9g	164.1g	炭水化物	炭水化物	46.9g	162.1g	炭水化物	炭水化物	49.1g	164.3g	炭水化物	炭水化物	50.5g	165.7g	
ナトリウム	ナトリウム	2313mg	3882mg	ナトリウム	ナトリウム	2457mg	4026mg	ナトリウム	ナトリウム	2046mg	3615mg	ナトリウム	ナトリウム	2185mg	3754mg	
塩分	食塩相当量	5.8g	9.9g	食塩相当量	食塩相当量	6.3g	10.3g	食塩相当量	食塩相当量	5.3g	9.2g	食塩相当量	食塩相当量	5.6g	9.6g	

★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