(たんぱく40g管理食) 週間献立表

大型に入参のきんびら 麦 白菜の煮びたし 麦 シャガギの中華炒め 乳麦 和園あんからのソース 麦 きんび コーンサラダ 卵乳麦 オャロットエッグ 卵乳麦 野菜サラダ 卵乳麦 オロコの耳を取りが 卵乳麦 オロストレース ストレース ス	マトビーンズ 乳麦 麦 神子風味サラダ おかず ご飯セット - 270kcal 513kcal 19.5g 20.1g 19.9g 72.7g 548mg 549mg 524mg 585mg 93mg 158mg 1.4g 1.4g 150g ツ 麦 モン煮 の花の煮物 ブリカのサラダ 卵麦 おかず ご飯セット - 354kcal 597kcal 11.9g 16.0g 18.6g 19.2g 36.0g 88.8g
日菜とかんもの煮物 麦 豆腐のツナあんかけ 麦 マッドキャット・アンター 卵麦 対象人からのシース 麦 そのまから ラック 東京 大根とし参の含んがら 麦 ラック 東京 大根とし参の含めら ラック 東京 東京 カーシックラグ 卵乳素 オーレック 卵乳素 カーシックラグ 卵乳素 オーレック 卵乳素 カーシック 東京 カーシック	マトビーンズ 乳麦 麦 ・柚子風味サラダ
大根と人参のきんびら 表 白菜の煮びたし 表 ジャガギの中華炒の 乳素 和風あんからのソース 表 きんび コーコで東の場外の 泉素 本のピリア・ファック 卵乳素 ドレッシング (小安) 表 本面に対すの場外の 表 本面に対する	表かず ご飯セット - 270kcal 513kcal - 4.6g 8.7g 19.5g 20.1g 19.9g 72.7g 524mg 549mg 524mg 585mg 93mg 158mg 1.4g 1.4g 150g ツ 表 ・ 三次の表物 ブリカのサラダ が ご飯セット - 354kcal 597kcal 11.9g 16.0g 18.6g 19.2g 36.0g 88.8g
□ コーンサラダ 卵乳素 キャロットエック 卵乳素 野菜サラタ かたい	おかず ご飯セット - 270kcal 513kcal 5 4.6g 8.7g 19.5g 20.1g 19.9g 72.7g 524mg 549mg 524mg 585mg 93mg 158mg 1.4g 1.4g 150g ツ 表 モン煮 乳麦 の花の煮物 麦 ブリカのサラダ 卵麦 おかず ご飯セット - 354kcal 597kcal 5 11.9g 16.0g 18.6g 19.2g 36.0g 88.8g
おかず 二級セット 10.8g 11.4g 脂質 10.8g 11.4g 脂質 12.3g 12.9g 脂質 11.8g 成水化物 19.0g 71.8g 成水化物 22.1g 75.6g 放水化物 75.7g 成水化物 75.7g 15.7g 15	おかず ご飯セット - 270kcal 513kcal - 4.6g 8.7g 19.5g 20.1g 19.9g 72.7g 524mg 585mg 93mg 158mg 1.4g 1.4g 150g ツ 表 ・ 三次 列表 ・ 一次
### おかず 二版セット まんぱん まん	270kca
************************************	270kca
***	- 270kca 513kca 4.6g 8.7g 8.7g 20.1g 19.5g 20.1g 19.9g 72.7g 549mg 524mg 585mg 93mg 158mg 158mg 150g 変表 変表 変素
をかにする。	4.6g 8.7g 19.5g 20.1g 19.9g 72.7g 548mg 549mg 524mg 585mg 93mg 158mg 1.4g 1.4g 150g ツ 表 モン煮 乳麦 の花の煮物 麦 ブリカのサラダ 卵麦 おかず ご飯セット - 354kcal 597kcal 11.9g 16.0g 18.6g 19.2g 36.0g 88.8g
頂質	19.5g 20.1g 19.9g 72.7g 548mg 549mg 524mg 585mg 93mg 158mg 1.4g 1.4g 150g ツ 麦 モン煮 乳麦 の花の煮物 麦 ブリカのサラダ 卵麦 おかず ご飯セット 354kcal 597kcal 11.9g 16.0g 18.6g 19.2g 36.0g 88.8g
### ### #### ########################	は、548mg 549mg 524mg 585mg 93mg 158mg 1.4g 1.4g 150g ツ 麦 モン煮 乳麦 の花の煮物 麦 ブリカのサラダ 卵麦 おかず ご飯セット - 354kcal 597kcal 11.9g 16.0g 18.6g 19.2g 36.0g 88.8g
### ### #### ########################	は、548mg 549mg 524mg 585mg 93mg 158mg 1.4g 1.4g 150g ツ 麦 モン煮 乳麦 の花の煮物 麦 ブリカのサラダ 卵麦 おかず ご飯セット - 354kcal 597kcal 11.9g 16.0g 18.6g 19.2g 36.0g 88.8g
145mg 1.6g 1.6g 食塩相当量 1.6g 食塩相当量 1.6g 食塩相当量 1.6g 食塩相当量 1.7g 大一はん150g 大しはく質 1.7g 食塩相当量 1.7g 1.7g 食塩和当量 1.7g 1.7g 食塩和目量 1.7g 1	524mg 585mg 93mg 158mg 158mg 158mg 158mg 150g 表
145mg 1.6g 1.6g 食塩相当量 1.6g 食塩相当量 1.6g 食塩相当量 1.6g 食塩相当量 1.7g 大一はん150g 大しはく質 1.7g 食塩相当量 1.7g 1.7g 食塩和当量 1.7g 1.7g 食塩和目量 1.7g 1	93mg 158mg 158mg 1.4g 1.4
食塩相当量	1.4g
** ★ 二はん150g ** ★ 二級 「	150g ツ 麦 モン煮 乳麦 の花の煮物 麦 ブリカのサラダ 卵麦 よかず ご飯セット - 354kcal 597kcal 賃 11.9g 16.0g 18.6g 19.2g 36.0g 88.8g
類肉の韓国風炒め 表	ツ 麦 モン煮 乳麦 の花の煮物 麦 ブリカのサラダ 卵麦 - 354kcal 597kcal 賃 11.9g 16.0g 18.6g 19.2g 36.0g 88.8g
ジャガ芋の洋風あんかけ 乳麦	モン煮 乳麦 の花の煮物 麦 ブリカのサラダ 卵麦 おかず ご飯セット - 354kcal 597kcal 賃 11.9g 16.0g 18.6g 19.2g 36.0g 88.8g
大き 大き 大き 大き 大き 大き 大き 大き	の花の煮物 麦 ブリカのサラダ 卵麦 おかず ご飯セット - 354kcal 597kcal 賃 11.9g 16.0g 18.6g 19.2g 36.0g 88.8g
大きでは、いっぱり、ボーン・マック 大きのでは、いっぱり、ボーン・マック 大きのでは、ボーン・マック 大きないが、ボーン・マック 大きないが、	ブリカのサラダ 卵麦 おかず ご飯セット - 354kcal 597kcal 賃 11.9g 16.0g 18.6g 19.2g 36.0g 88.8g
おかず ご飯セット おがす ご飯セット おがす ご飯セット おがす ご飯セット おがす ご飯セット おがず ご飯セット おがず ご飯セット おがす ごので こうで こうで こうで こうで こうで こうで こうで こうで こうで こう	ブリカのサラダ 卵麦 おかず ご飯セット - 354kcal 597kcal 賃 11.9g 16.0g 18.6g 19.2g 36.0g 88.8g
### エネルギー 399kcal 642kcal エネルギー 397kcal 640kcal エネルギー 391kcal 634kcal エネルギー 345kcal 588kcal エネルギー たんぱく質 11.0g 15.1g たんぱく質 13.9g 18.0g たんぱく質 7.0g 11.1g たんぱく質 9.8g 13.9g たんぱく質 15.0g 25.9g 脂質 27.4g 28.0g 脂質 21.7g 脂質 22.5g 23.1g 脂質 次水化物 31.4g 接水化物 21.6g 74.4g 炭水化物 44.9g 97.7g 炭水化物 24.9g 77.7g 炭水化 24.9g 大トリウム 660mg 660mg ナトリウム 711mg 712mg ナトリウム 665mg 660mg ナトリウム 679mg 680mg ナトリウム 570mg 631mg カリウム 555mg 616mg カリウム 525mg 586mg カリウム 548mg 609mg カリウム 163mg 228mg リン 174mg 239mg リン 144mg 209mg リン 150mg 215mg リン 163mg 228mg リン 174mg 239mg リン 144mg 209mg リン 150mg 215mg 1.7g 食塩相当量 1.7g 1.7g 食塩相計量 1.7g 1.7g 食塩相計量 1.7g 1.7g 食塩相計量 1.7g 1.7g 含塩相計量 1.7g 1.7g 含塩イはの150g 10mg 10mg 10mg 10mg 10mg 10mg 10mg 10	おかず ご飯セット - 354kcal 597kcal 賃 11.9g 16.0g 18.6g 19.2g 36.0g 88.8g
エネルギー 399kca 642kca エネルギー 397kca 640kca エネルギー 391kca 634kca エネルギー 345kca 588kca エネルギー たんぱく質 11.0g 15.1g たんぱく質 13.9g 18.0g たんぱく質 7.0g 11.1g たんぱく質 9.8g 13.9g たんぱく質 12.7g 脂質 22.5g 23.1g 12.7g 脂質 22.5g 23.1g 12.7g 脂質 22.5g 23.1g 12.7g 上りしたんぱく質 74.4g 炭水化物 31.4g 炭水化物 24.9g 77.7g 炭水化 24.9g 77.7g 炭水化 24.9g 77.7g 炭水化 24.9g 77.7g 炭水化 24.0g 74.4g 239mg リン 144mg 209mg リン 150mg 215mg リン 150mg 215mg リン 163mg 228mg リン 174mg 239mg リン 144mg 209mg リン 150mg 215mg 1.7g 1.7g 食塩相当量 1.7g	- 354kcal 597kcal 11.9g 16.0g 18.6g 19.2g 36.0g 88.8g
またんぱく質 11.0g 15.1g たんぱく質 13.9g 18.0g 脂質 21.1g 21.7g 脂質 22.5g 23.1g 脂質 次水化物 31.4g 84.2g 炭水化物 21.6g 74.4g 炭水化物 44.9g 97.7g 炭水化物 24.9g 77.7g 炭水化 7.1mg 712mg ナトリウム 660mg 661mg ナトリウム 711mg 712mg ナトリウム 665mg 666mg ナトリウム 679mg 680mg ナトリウム 555mg 616mg カリウム 555mg 616mg カリウム 555mg 616mg カリウム 555mg 144mg 209mg リン 150mg 215mg リン 163mg 228mg リン 174mg 239mg リン 144mg 209mg リン 150mg 215mg 10mg 215mg 2	質 11. 9g 16. 0g 18. 6g 19. 2g 36. 0g 88. 8g
たんぱく質 11. 0g 15. 1g たんぱく質 13. 9g 18. 0g たんぱく質 7. 0g 11. 1g たんぱく質 9. 8g 13. 9g たんぱく質 11. 1g 25. 3g 25. 9g 脂質 27. 4g 28. 0g 脂質 21. 1g 21. 7g 脂質 22. 5g 23. 1g 脂質 次水化物 31. 4g 84. 2g 炭水化物 21. 6g 74. 4g 9g 97. 7g 炭水化物 24. 9g 97. 7g 炭水化物 24. 9g 77. 7g 炭水化物 大トリウム 660mg たトリウム 660mg たトリウム 679mg 680mg カリウム 570mg 631mg カリウム 555mg 616mg カリウム 525mg 586mg カリウム 548mg 609mg カリウム 163mg 228mg リン 174mg 239mg リン 144mg 209mg リン 150mg 215mg リン 食塩相当量 1. 7g 1. 7g 食塩相当量 1. 8g 1. 8g 食塩相当量 1. 7g 1. 7g 1. 7	18. 6g 19. 2g 36. 0g 88. 8g
脂質 25. 3g 25. 9g 脂質 27. 4g 28. 0g 脂質 21. 1g 21. 7g 脂質 22. 5g 23. 1g 脂質 炭水化物 31. 4g 84. 2g 炭水化物 21. 6g 74. 4g 炭水化物 44. 9g 97. 7g 炭水化物 24. 9g 77. 7g 炭水化 7 1 1 1 1 1 1 1 2 1 1 1 2 1 1 1 2 1 1 1 2 1 1 1 2 1 1	36. 0g 88. 8g
### 15 ### 15 ### 15 ### 16	
カリウム 570mg 631mg カリウム 555mg 616mg カリウム 525mg 586mg カリウム 548mg 609mg カリウム 150mg 215mg リン 150mg 215mg 170mg 215mg 150mg	352mg 650mg 352mg 413mg
リン	352mg 413mg
食塩相当量 1.7g 1.7g 食塩相当量 1.8g 1.8g 食塩相当量 1.7g 1.7g 食塩相当量 1.7g 1.7g 食塩相当量 1.7g 食品 1.7g まずはん150g ★ごはん150g ★ごはん150g ★ごはん150g ★ごはん150g まずむにはん150g まずむにはん150g まずむにはん150g 1.2g 1.	TI OUZING TI OINS
間食 ◎みかん(缶) 75g ◎水イナッブル(缶) 75g ◎黄桃(缶) 75g ◎みかん(缶) 75g ◎パイナッブル(缶) 75g ◎黄桃(缶) 75g ◎みかん(缶) 75g ◎パイナッブル(缶) 75g ◎水イナッブル(缶) 75g ◎水イナッブル(缶) 75g ◎水イナッブル(缶) 75g ◎水イナッブル(缶) 75g ◎水イナッブル(缶) 75g ◎水イナッブル(缶) 75g ◎水イナップル(五) 150g ★ごはん150g 第のごまタレ煮 麦 早ずのかけるが、ロンチーノ	170mg 235mg
★ごはん150g 第0のでますと鶏肉の炒め物 麦 カレイの照焼 麦 鶏のごますレ煮 麦 タウナスの挽肉炒め 乳麦 ゴボウのビリ辛サラダ 卵乳麦 豚バラのすき焼き煮 麦 赤玉南瓜煮 麦 里芋のか オ芽のごま酢和え 麦 レインボーサラダ 卵麦 ハムの和風サラダ 卵乳麦 れんこんと レインボーサラダ 卵麦 ハムの和風サラダ 卵乳麦 れんこんと たんぱく質 11.3g ご飯セット おかず ご飯セット おかず ご飯セット おかず ご飯セット よかず ご飯セット よかず ご飯セット よんぱく質 11.3g 15.4g たんぱく質 9.7g 13.8g たんぱく質 13.8g 17.9g たんぱく質 12.2g 16.3g たんぱく 脂質 17.3g 17.9g 脂質 20.1g 20.7g 脂質 25.4g 26.0g 脂質 21.5g 22.1g 脂質 炭水化物 28.2g 81.0g 炭水化物 42.9g 95.7g 炭水化物 20.7g 73.5g 炭水化物 35.4g 88.2g 炭水化物	
白身魚の和風あん 平さやいんげん ナスの挽肉炒め 若芽のごま酢和え 麦 ウリーム製 大の脱肉炒め コボウのピリ辛サラダ 卵乳麦 大のサラのペペロンチーノ 豚バラのすき焼き煮 レインボーサラダ 大参グラッセ 系表 卵麦 乳麦 野乳麦 里芋のか 野乳麦 おかず エネルギー 306kcal 549kcal エネルギー 394kcal 637kcal エネルギー 372kcal 615kcal エネルギー 385kcal 628kcal エネルギー たんぱく質 11.3g 15.4g たんぱく質 9.7g 13.8g たんぱく質 13.8g 17.9g たんぱく質 12.2g 16.3g たんぱく質 15.4g たんぱく質 17.3g 17.9g 脂質 20.1g 20.7g 脂質 25.4g 26.0g 脂質 21.5g 22.1g 脂質	ップル(缶) 75g
するやいんげん ナスの挽肉炒め 若芽のごま酢和え 現表 ラ ラ ラ ロボウのピリ辛サラダ リ卵乳麦 リンインボーサラダ リ卵麦 リンインボーサラダ リ卵麦 リンインボーサラダ リ卵麦 リスの和風サラダ リ卵乳麦 リンインボーサラダ リ卵麦 リンインボーサラダ リア麦 リアスのわれ風サラダ リ卵乳麦 リンインボーサラダ リアスのわれ風サラダ リ卵乳麦 リンインボーサラダ リアスのわれ風サラダ リ卵乳麦 リンインボーサラダ リアスのわれ風サラダ リアスのもいが リアスのもいが リアスののかは リアスののが リアスののかは リアスののかは リアスののかは リアスののかは リアスののかは リアスののかは リアスののかは リアスののかは リアスののかは リアスののかは リアスののが リアスののかは リアスののが リアスののかは リアスののが リアスののかは リアスののが リアスののかは リアスののが リアスののが リアスののが リアスののが リアスののが リアスののが リアスののが リアスののが リアスののが リアスののが リアスののが リアスののが リアスののが リアスののが リアスののが リアスののが リアスののが リアスのののが リアスののが リアスのののが リアスののが リアスのののが リアスのののが リアスののののが リアスののののののので リアスのののののののののののののののののののののののののののののののののののの	
大スの挽肉炒め 乳麦 ゴボウのピリ辛サラダ 卵乳麦 豚バラのすき焼き煮 麦 赤玉南瓜煮 麦 里芋のかま芽のごま酢和え 麦 おかず ご飯セット エネルギー 306kcal 549kcal エネルギー 394kcal 637kcal エネルギー 372kcal 615kcal エネルギー 385kcal 628kcal エネルギー たんぱく質 11.3g 15.4g たんぱく質 9.7g 13.8g たんぱく質 13.8g 17.9g たんぱく質 12.2g 16.3g たんぱく質 12.2g 16.3g たんぱく質 17.3g 17.9g 脂質 20.1g 18.5g 22.1g 脂質 25.4g 26.0g 脂質 21.5g 22.1g 脂質 20.7g 脂質 25.4g 26.0g 脂質 21.5g 22.1g 脂質 25.4g 26.0g 脂質 35.4g 88.2g 炭水化物 28.2g 炭水化物 28.2g 炭水化物 20.7g 173.5g 炭水化物 35.4g 88.2g 炭水化物	込みハンバーグ 乳麦
おかず ご飯セット エネルギー 306kcal 549kcal エネルギー 394kcal 637kcal エネルギー 372kcal 615kcal エネルギー 385kcal 628kcal エネルギー たんぱく質 11.3g 15.4g たんぱく質 9.7g 13.8g たんぱく質 13.8g 17.9g たんぱく質 12.2g 16.3g たんぱく 12.2g 16.3g 12.2g 12.2g 16.3g 12.2g 16.3g 12.2g 12.2g 12.2g 12.2g 12.2g 16.3g 12.2g	ソテー 乳麦
おかず ご飯セット おかず ご飯セット おかず ご飯セット おかず ご飯セット おかず ご飯セット エネルギー 306kcal 549kcal エネルギー 394kcal 637kcal エネルギー 372kcal 615kcal エネルギー 385kcal 628kcal エネルギー たんぱく質 11.3g 15.4g たんぱく質 9.7g 13.8g たんぱく質 13.8g 17.9g たんぱく質 12.2g 16.3g たんぱく 12.2g 16.3g 12.2g 16.3g たんぱく 12.2g 16.3g 12.2g 12.2g 16.3g 12.2g 12.2g 16.3g 12.2g 12.2g 16.3g 12.2g 12.2g 12.2g 16.3g 12.2g 12.2g 12.2g 12.2g 12.2g 16.3g 12.2g 12	「風あんかけ」卵麦か
まネルギー 306kcal 549kcal エネルギー 394kcal 637kcal エネルギー 372kcal 615kcal エネルギー 385kcal 628kcal エネルギー たんぱく質 11.3g 15.4g たんぱく質 9.7g 13.8g たんぱく質 13.8g 17.9g たんぱく質 12.2g 16.3g たんぱく 16.3g たんぱく 17.3g 17.9g 脂質 20.7g 脂質 25.4g 26.0g 脂質 21.5g 22.1g 脂質 炭水化物 28.2g 81.0g 炭水化物 42.9g 95.7g 炭水化物 20.7g 73.5g 炭水化物 35.4g 88.2g 炭水化物	いじきのサラダ 卵乳麦
またんぱく質 11.3g 15.4g たんぱく質 9.7g 13.8g たんぱく質 13.8g 17.9g たんぱく質 12.2g 16.3g たんぱく質 脂質 17.3g 17.9g 脂質 20.1g 20.7g 脂質 25.4g 26.0g 脂質 21.5g 22.1g 脂質 炭水化物 28.2g 81.0g 炭水化物 42.9g 95.7g 炭水化物 20.7g 73.5g 炭水化物 35.4g 88.2g 炭水化	151.12 = AFT.1
食 エネルキー 300kCa1 549kCa1 エネルキー 394kCa1 637kCa1 エネルキー 372kCa1 615kCa1 エネルキー 385kCa1 628kCa1 528kCa1 628kCa1 628kCa1 528kCa1	おかず ご飯セット
<u>脂質 17.3g 17.9g 脂質 20.1g 20.7g 脂質 25.4g 26.0g 脂質 21.5g 22.1g 脂質 炭水化物 28.2g 81.0g 炭水化物 42.9g 57.7g 炭水化物 20.7g 73.5g 炭水化物 35.4g 88.2g 炭水化</u>	
炭水化物 28.2g 81.0g 炭水化物 42.9g 95.7g 炭水化物 20.7g 73.5g 炭水化物 35.4g 88.2g 炭水化	
	21. 6g 22. 2g
	27. 0g 79. 8g
ナトリウム 692mg 693mg ナトリウム 669mg 670mg ナトリウム 522mg 523mg ナトリウム 645mg 646mg ナトリウム カリウム 532mg 593mg カリウム 517mg カリウム 515mg カリウム 634mg 695mg カリウ	719mg 720mg
	154mg 219mg
食塩相当量 1.8g 1.8g 食塩相当量 1.7g 1.7g 食塩相当量 1.3g 1.3g 食塩相当量 1.6g 1.6g 食塩相当	<u> 1.8g 1.8g</u>
おかず ご飯セット おかず ごまセセット おかず ごまたいギー 978kcal 1707kcal 1707kcal 1736kcal エネルギー	おかず ご飯セット - 978kca 1707kca
たんぱく質 29.4g 41.7g たんぱく質 29.0g 41.3g たんぱく質 27.5g 39.8g たんぱく質 30.5g 42.8g たんぱく質 脂質 58.4g 60.2g 脂質 58.8g 60.6g 脂質 60.8g 62.6g 脂質	章 25.5g 37.8g 59.7g 61.5g
	82. 9g 241. 3g
<u>食 炭水化物 84./g 243.1g 炭水化物 80.4g 238.8g 炭水化物 84.6g 243.0g 炭水化物 83.1g 241.5g 炭水化計 ナトリウム 1969mg 1972mg ナトリウム 1721mg 1724mg ナトリウム 1862mg 1865mg ナトリウム 1972mg 1975mg ナトリウム</u>	
カリウム 1909mg 1972mg ディリウム 1721mg 1724mg ディリウム 1802mg 1805mg ディリウム 1972mg 1975mg ディリウム カリウム 1517mg 1700mg カリウム 1540mg カリウム 1517mg 1700mg カリウ	
リン 495mg 690mg リン 404mg 599mg リン 427mg 622mg リン 458mg 653mg リン	1387mg 1570mg
1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	/ /ma 6 /ma
「長塩相当量 5.1g 5.1g 長塩相当重 4.4g 4.4g 長塩相当重 4.7g 4.7g 長塩相当重 4.9g 5.0g 長塩相当 エネルギー 1026kca 1755kca エネルギー 1034kca 1763kca エネルギー 1039kca 1768kca エネルギー 1055kca 1784kca エネル	417mg 612mg
エネルギー 1026kCa1 1755kCa1 エネルギー 1034kCa1 エネルギー 1039kCa1 1766kCa1 エネルギー 1035kCa1 1764kCa1 エネルギー 1055kCa1 1764kCa1 17	量 4.9g 4.9g
合 計 脂質 たんぱく質 29.8g 42.1g たんぱく質 29.3g 41.6g たんぱく質 27.9g 40.2g たんぱく質 30.9g 43.2g たんぱく 60.9g たんぱく 62.7g	<u> </u>
○ 農水化物 06 2g 254 6g 農水化物 05 6g 254 0g 農水化物 100 1g 258 5g 農水化物 04 6g 253 0g 農水化	1041kcal 1770kcal 25.8g 38.1g
1075mg 1075mg 1075mg + 5 10 / 1 1725mg + 5 10 / 1 1865mg 1 1865mg 1 1869mg + 5 10 / 1 1075mg 1 1075mg	4.9g 4.9g - 1041kcal 1770kcal 25.8g 38.1g 59.8g 61.6g
<u> </u>	4.9g 4.9g 1041kcal 1770kcal 59.8g 38.1g 98.1g 256.5g
	4.9g 4.9g − 1041kcal 1770kcal 59.8g 38.1g 98.1g 256.5g 4.1917mg 1920mg
-	4.9g
	4.9g

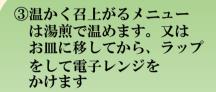
※商品はチルド品なので喫食日まで冷蔵庫に入れて保管ください。

※お召上がりについて、商品は使用日に限定してお召上がりください。 ※「◎」は間食になります。間食はメニューを参考にして各家庭で御用意ください。 ※本品は消費者庁許可の特別用途食品(病者用食品)ではありません。※食事療法としてご利用する場合は事前に主治医にご相談ください。※カリウムは調理後20~30%減少します。表示は調理前の栄養価です。※おかずのみの組合員様は★印のものは各家庭にて御用意ください。

お食事の作り方



- ①惣菜は全てチルドで 真空包装されています。
- ②ご利用までは冷蔵庫にて保管します。





④冷たく召上がるメニューはそのまま開封して盛付けます。





⑤ごはん、味噌汁と共に 器に盛り付けして 完了です。 注)味噌汁はつきません

ワンポイントアドバイス

- ●湯煎は水の状態から惣菜のパックを入れて 火をかけます。沸騰したら火を止めて 5~10分程度保温して下さい。
- ●簡単な付け合わせを付けますと、よりきれいに 盛付ける事が出来ます。