

「ムース食」 週間献立表

	6月5日(月)			6月6日(火)			6月7日(水)			6月8日(木)			6月9日(金)			
朝	★全粥240g きのこの玉子とじ 卵乳麦 一夜漬 乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦			★全粥240g 鶏団子の中華風 卵乳麦か ひじきと大豆の煮物 乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦			★全粥240g 豚すき 乳麦 若芽とバインの酢の物 麦 ★味噌汁(とろみ) 麦			★全粥240g はんぺんの玉子とじ 卵乳麦 赤玉南瓜の煮物 麦 ★味噌汁(とろみ) 麦			★全粥240g 肉団子のソース炒め 卵乳麦 ゴボウのピリ辛サラダ 卵乳麦 ★味噌汁(とろみ) 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
食	エネルギー	エネルギー	71kcal	245kcal	エネルギー	エネルギー	99kcal	273kcal	エネルギー	エネルギー	91kcal	265kcal	エネルギー	エネルギー	123kcal	297kcal
	蛋白質	蛋白質	3.2g	7.0g	蛋白質	蛋白質	4.1g	7.9g	蛋白質	蛋白質	2.2g	6.0g	蛋白質	蛋白質	3.8g	7.6g
	脂質	脂質	2.8g	3.5g	脂質	脂質	4.0g	4.7g	脂質	脂質	3.1g	3.8g	脂質	脂質	4.5g	5.2g
	炭水化物	炭水化物	9.4g	47.8g	炭水化物	炭水化物	11.6g	50.0g	炭水化物	炭水化物	13.8g	52.2g	炭水化物	炭水化物	16.8g	55.2g
	ナトリウム	ナトリウム	521mg	1044mg	ナトリウム	ナトリウム	528mg	1051mg	ナトリウム	ナトリウム	519mg	1042mg	ナトリウム	ナトリウム	462mg	985mg
	塩分	食塩相当量	1.3g	2.7g	食塩相当量	食塩相当量	1.3g	2.7g	食塩相当量	食塩相当量	1.3g	2.7g	食塩相当量	食塩相当量	1.2g	2.5g
	食塩相当量	食塩相当量	1.3g	2.7g	食塩相当量	食塩相当量	1.3g	2.7g	食塩相当量	食塩相当量	1.3g	2.7g	食塩相当量	食塩相当量	1.2g	2.5g
昼	★全粥240g 鶏の西京焼き 乳麦 五色煮 乳麦 大根と竹輪の酢の物 乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦			★全粥240g 鮭のおろし煮 麦 ブロッコリーの煮物 乳麦 マリーネサラダ 卵乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦			★全粥240g スパイシーチキン 乳麦 黒豆煮 乳麦 法蓮草とハムのマリーネ 卵乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦			★全粥240g 白身の味噌煮 乳麦 がんも煮 麦 野菜の三杯酢 麦 ★味噌汁(とろみ) 麦			★全粥240g とんかつ 卵乳麦 鶏大根の味噌煮 乳麦 きのこきんぴら 乳麦 ★味噌汁(とろみ) 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
食	エネルギー	エネルギー	161kcal	335kcal	エネルギー	エネルギー	210kcal	384kcal	エネルギー	エネルギー	209kcal	383kcal	エネルギー	エネルギー	183kcal	357kcal
	蛋白質	蛋白質	5.0g	8.8g	蛋白質	蛋白質	8.6g	12.4g	蛋白質	蛋白質	8.3g	12.1g	蛋白質	蛋白質	8.9g	12.7g
	脂質	脂質	7.2g	7.9g	脂質	脂質	11.4g	12.1g	脂質	脂質	11.3g	12.0g	脂質	脂質	8.4g	9.1g
	炭水化物	炭水化物	18.1g	56.5g	炭水化物	炭水化物	18.7g	57.1g	炭水化物	炭水化物	18.4g	56.8g	炭水化物	炭水化物	18.0g	56.4g
	ナトリウム	ナトリウム	748mg	1271mg	ナトリウム	ナトリウム	810mg	1333mg	ナトリウム	ナトリウム	779mg	1302mg	ナトリウム	ナトリウム	819mg	1342mg
	塩分	食塩相当量	1.9g	3.2g	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	食塩相当量	食塩相当量	2.1g	3.4g
	食塩相当量	食塩相当量	1.9g	3.2g	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	食塩相当量	食塩相当量	2.1g	3.4g
夕	★全粥240g 和風煮込みハンバーグ 乳麦 法蓮草と油揚げの煮物 麦 サラダスパゲティ 卵乳麦か ★味噌汁(とろみ) 麦			★全粥240g 焼肉炒め 乳麦 切干大根煮 乳麦 青菜のわさび和え 卵乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦			★全粥240g 白身の照焼き 乳麦 大根とベーコンの煮物 卵乳麦 切昆布と竹の子の煮物 乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦			★全粥240g 鶏の幽庵焼き 乳麦 豚肉と大根の煮物 麦 法蓮草のおひたし 乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦			★全粥240g 白身魚しんじょう 卵乳麦 油揚げと菜の花の煮物 麦 若芽のゴマ酢和え 麦 ★味噌汁(とろみ) 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
食	エネルギー	エネルギー	235kcal	409kcal	エネルギー	エネルギー	175kcal	349kcal	エネルギー	エネルギー	140kcal	314kcal	エネルギー	エネルギー	180kcal	354kcal
	蛋白質	蛋白質	5.5g	9.3g	蛋白質	蛋白質	4.7g	8.5g	蛋白質	蛋白質	6.5g	10.3g	蛋白質	蛋白質	7.6g	11.4g
	脂質	脂質	15.4g	16.1g	脂質	脂質	9.9g	10.6g	脂質	脂質	5.7g	6.4g	脂質	脂質	7.8g	8.5g
	炭水化物	炭水化物	17.9g	56.3g	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	18.5g	56.9g
	ナトリウム	ナトリウム	820mg	1343mg	ナトリウム	ナトリウム	892mg	1415mg	ナトリウム	ナトリウム	803mg	1326mg	ナトリウム	ナトリウム	834mg	1357mg
	塩分	食塩相当量	2.1g	3.4g	食塩相当量	食塩相当量	2.3g	3.6g	食塩相当量	食塩相当量	2.0g	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	2.1g	3.4g	食塩相当量	食塩相当量	2.3g	3.6g	食塩相当量	食塩相当量	2.0g	3.4g	食塩相当量	食塩相当量	2.1g	3.5g
合	エネルギー	エネルギー	467kcal	989kcal	エネルギー	エネルギー	484kcal	1006kcal	エネルギー	エネルギー	440kcal	962kcal	エネルギー	エネルギー	486kcal	1008kcal
	蛋白質	蛋白質	13.7g	25.1g	蛋白質	蛋白質	17.4g	28.8g	蛋白質	蛋白質	17.0g	28.4g	蛋白質	蛋白質	20.3g	31.7g
	脂質	脂質	25.4g	27.5g	脂質	脂質	25.3g	27.4g	脂質	脂質	20.1g	22.2g	脂質	脂質	20.7g	22.8g
	炭水化物	炭水化物	45.4g	160.6g	炭水化物	炭水化物	47.5g	162.7g	炭水化物	炭水化物	48.9g	164.1g	炭水化物	炭水化物	53.3g	168.5g
	ナトリウム	ナトリウム	2089mg	3658mg	ナトリウム	ナトリウム	2230mg	3799mg	ナトリウム	ナトリウム	2101mg	3670mg	ナトリウム	ナトリウム	2115mg	3684mg
	塩分	食塩相当量	5.3g	9.3g	食塩相当量	食塩相当量	5.7g	9.7g	食塩相当量	食塩相当量	5.3g	9.4g	食塩相当量	食塩相当量	5.4g	9.4g
	食塩相当量	食塩相当量	5.3g	9.3g	食塩相当量	食塩相当量	5.7g	9.7g	食塩相当量	食塩相当量	5.3g	9.4g	食塩相当量	食塩相当量	5.4g	9.4g

★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。

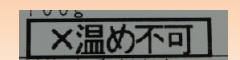
ムース食は消費者庁許可の特別用途食品(えん下困難者用食品)ではありません。
嚥下食などの食事療法として利用される場合は事前に医師にご相談ください。

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ことがあります
※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