「ムース食」　週間献立表

注文締切：3/26（火）

		4月8日(月)			4月9日(火)			4月10日(水)			4月11日(木)			4月12日(金)		
朝食		★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g		
		豚すき		乳麦	切干大根と小松菜の煮物		麦	ブロッコリーと鶏肉の煮物		乳麦	えんどう豆とベーコン炒め		卵乳麦	肉団子の甘酢煮		卵乳麦
		一夜漬		乳麦	ひじき煮		乳麦	ゴボウのピリ辛サラダ		卵乳麦	若芽とパインの酢の物		麦	一夜漬		乳麦
		★味噌汁(とろみ)		麦	★味噌汁(とろみ)		麦	★味噌汁(とろみ)		麦	★味噌汁(とろみ)		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	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット
	エネルギー	エネルギー	104kcal	247kcal	エネルギー	107kcal	250kcal	エネルギー	154kcal	297kcal	エネルギー	118kcal	261kcal	エネルギー	136kcal	279kcal
	蛋白質	蛋白質	3.5g	5.9g	蛋白質	2.2g	4.6g	蛋白質	5.2g	7.6g	蛋白質	3.9g	6.3g	蛋白質	4.0g	6.4g
	脂 質	脂 質	2.9g	3.3g	脂 質	4.1g	4.5g	脂 質	7.4g	7.8g	脂 質	3.5g	3.9g	脂 質	5.1g	5.5g
	炭水化物	炭水化物	18.6g	49.6g	炭水化物	18.3g	49.3g	炭水化物	17.4g	48.4g	炭水化物	19.8g	50.8g	炭水化物	20.7g	51.7g
	ナトリウム	ナトリウム	1077mg	1077mg	ナトリウム	947mg	947mg	ナトリウム	1021mg	1021mg	ナトリウム	1072mg	1072mg	ナトリウム	1104mg	1104mg
	塩 分	食塩相当量	2.7g	2.7g	食塩相当量	2.4g	2.4g	食塩相当量	2.6g	2.6g	食塩相当量	2.7g	2.7g	食塩相当量	2.8g	2.8g
昼食		★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g		
		白身フライタルタル		卵乳麦	和風煮込みハンバーグ		乳麦	焼肉炒め		乳麦	スパイシーチキン		乳麦	白身の味噌煮		乳麦
		大根とベーコンの煮物		卵乳麦	五色煮		乳麦	切昆布と竹の子の煮物		乳麦	大根と椎茸の煮物		麦	大根の千切煮		乳麦
		法蓮草のおひたし		乳麦	青菜のわさび和え		卵乳麦	大根なます		麦	マリーネサラダ		卵乳麦	もやしサラダ		卵乳麦
		★味噌汁(とろみ)		麦	★味噌汁(とろみ)		麦	★味噌汁(とろみ)		麦	★味噌汁(とろみ)		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	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット
	エネルギー	エネルギー	235kcal	378kcal	エネルギー	200kcal	343kcal	エネルギー	179kcal	322kcal	エネルギー	243kcal	386kcal	エネルギー	199kcal	342kcal
	蛋白質	蛋白質	8.0g	10.4g	蛋白質	5.8g	8.2g	蛋白質	4.7g	7.1g	蛋白質	7.0g	9.4g	蛋白質	10.2g	12.6g
	脂 質	脂 質	11.7g	12.1g	脂 質	9.2g	9.6g	脂 質	6.7g	7.1g	脂 質	12.9g	13.3g	脂 質	7.4g	7.8g
	炭水化物	炭水化物	26.2g	57.2g	炭水化物	24.3g	55.3g	炭水化物	26.8g	57.8g	炭水化物	26.4g	57.4g	炭水化物	24.8g	55.8g
	ナトリウム	ナトリウム	1415mg	1415mg	ナトリウム	1363mg	1363mg	ナトリウム	1354mg	1354mg	ナトリウム	1339mg	1339mg	ナトリウム	1451mg	1451mg
	塩 分	食塩相当量	3.6g	3.6g	食塩相当量	3.5g	3.5g	食塩相当量	3.4g	3.4g	食塩相当量	3.4g	3.4g	食塩相当量	3.7g	3.7g
夕食		★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g		
		鶏肉のイタリアンソース煮		乳麦	白身の照焼き		乳麦	鶏の西京焼き		乳麦	鮭のおろし煮		麦	とんかつ		卵乳麦
		はんぺんの玉子とじ		卵乳麦	鶏団子の中華風		卵乳麦か	きのこきんぴら		乳麦	金時豆の煮物		乳麦	ひじきとベーコンの煮物		卵乳麦
		黒豆煮		乳麦	大根と竹輪の酢の物		乳麦	青菜のおひたし		乳麦	野菜の三杯酢		麦	サラダスパゲティ		卵乳麦か
		★味噌汁(とろみ)		麦	★味噌汁(とろみ)		麦	★味噌汁(とろみ)		麦	★味噌汁(とろみ)		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	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット
	エネルギー	エネルギー	196kcal	339kcal	エネルギー	179kcal	322kcal	エネルギー	192kcal	335kcal	エネルギー	228kcal	371kcal	エネルギー	316kcal	459kcal
	蛋白質	蛋白質	9.7g	12.1g	蛋白質	8.0g	10.4g	蛋白質	7.5g	9.9g	蛋白質	10.6g	13.0g	蛋白質	6.0g	8.4g
	脂 質	脂 質	8.0g	8.4g	脂 質	6.1g	6.5g	脂 質	7.3g	7.7g	脂 質	7.4g	7.8g	脂 質	20.9g	21.3g
	炭水化物	炭水化物	22.8g	53.8g	炭水化物	24.6g	55.6g	炭水化物	27.0g	58.0g	炭水化物	32.0g	63.0g	炭水化物	27.5g	58.5g
	ナトリウム	ナトリウム	1167mg	1167mg	ナトリウム	1260mg	1260mg	ナトリウム	1338mg	1338mg	ナトリウム	1166mg	1166mg	ナトリウム	1328mg	1328mg
	塩 分	食塩相当量	3.0g	3.0g	食塩相当量	3.2g	3.2g	食塩相当量	3.4g	3.4g	食塩相当量	3.0g	3.0g	食塩相当量	3.4g	3.4g
合計	栄養価	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット
	エネルギー	エネルギー	535kcal	964kcal	エネルギー	486kcal	915kcal	エネルギー	525kcal	954kcal	エネルギー	589kcal	1018kcal	エネルギー	651kcal	1080kcal
	蛋白質	蛋白質	21.2g	28.4g	蛋白質	16.0g	23.2g	蛋白質	17.4g	24.6g	蛋白質	21.5g	28.7g	蛋白質	20.2g	27.4g
	脂 質	脂 質	22.6g	23.8g	脂 質	19.4g	20.6g	脂 質	21.4g	22.6g	脂 質	23.8g	25.0g	脂 質	33.4g	34.6g
	炭水化物	炭水化物	67.6g	160.6g	炭水化物	67.2g	160.2g	炭水化物	71.2g	164.2g	炭水化物	78.2g	171.2g	炭水化物	73.0g	166.0g
	ナトリウム	ナトリウム	3659mg	3659mg	ナトリウム	3570mg	3570mg	ナトリウム	3713mg	3713mg	ナトリウム	3577mg	3577mg	ナトリウム	3883mg	3883mg
	塩 分	食塩相当量	9.3g	9.3g	食塩相当量	9.1g	9.1g	食塩相当量	9.4g	9.4g	食塩相当量	9.1g	9.1g	食塩相当量	9.9g	9.9g

★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