

「ムース食」 週間献立表

注文締切：1/27（火）

		2月9日(月)		2月10日(火)		2月11日(水)		2月12日(木)		2月13日(金)	
朝	食	★全粥240g 鶏団子の中華風 一夜漬 ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g 五色煮 乳麦 若芽のゴマ酢和え ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g がんと煮 麦 大根と竹輪の酢の物 ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g 肉団子の甘酢煮 卵乳麦 昆布の佃煮 麦 ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g 切干大根と小松菜の煮物 麦 ベーコンのごま酢和え 卵乳麦 ★味噌汁(とろみ)	
昼	食	栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 76kcal 253kcal たんぱく質 2.9g 6.6g 脂質 2.8g 3.5g 炭水化物 10.3g 48.4g ナトリウム 547mg 1069mg 食塩相当量 1.4g 2.7g		栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 92kcal 269kcal たんぱく質 1.5g 5.2g 脂質 3.9g 4.6g 炭水化物 12.1g 50.2g ナトリウム 515mg 1037mg 食塩相当量 1.3g 2.6g		栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 122kcal 299kcal たんぱく質 3.3g 7.0g 脂質 6.8g 7.5g 炭水化物 11.3g 49.4g ナトリウム 474mg 996mg 食塩相当量 1.2g 2.5g		栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 136kcal 313kcal たんぱく質 2.9g 6.6g 脂質 6.6g 7.3g 炭水化物 17.2g 55.3g ナトリウム 578mg 1100mg 食塩相当量 1.5g 2.8g		栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 89kcal 266kcal たんぱく質 2.6g 6.3g 脂質 4.2g 4.9g 炭水化物 10.6g 48.7g ナトリウム 460mg 982mg 食塩相当量 1.2g 2.5g	
		★全粥240g 鮭のおろし煮 ふきの煮物 えんどう豆とベーコン炒め ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g スパイシーチキン 乳麦 はんぺんの玉子とじ 大根煮 乳麦 ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g とんかつ 卵乳麦 黒豆煮 乳麦 マリーネサラダ 卵乳麦 ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g 白身の味噌煮 乳麦 五色煮豆 卵麦 法蓮草のおひたし 乳麦 ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g 鶏の照焼 乳麦 赤玉南瓜の煮物 麦 きのこさんぴら 乳麦 ★味噌汁(とろみ)	
夕	食	栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 172kcal 349kcal たんぱく質 7.8g 11.5g 脂質 8.1g 8.8g 炭水化物 17.7g 55.8g ナトリウム 816mg 1338mg 食塩相当量 2.1g 3.4g		栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 188kcal 365kcal たんぱく質 6.6g 10.3g 脂質 10.0g 10.7g 炭水化物 17.0g 55.1g ナトリウム 748mg 1270mg 食塩相当量 1.9g 3.2g		栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 227kcal 404kcal たんぱく質 5.5g 9.2g 脂質 13.8g 14.5g 炭水化物 20.1g 58.2g ナトリウム 680mg 1202mg 食塩相当量 1.7g 3.1g		栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 187kcal 364kcal たんぱく質 10.5g 14.2g 脂質 7.4g 8.1g 炭水化物 19.6g 57.7g ナトリウム 897mg 1419mg 食塩相当量 2.3g 3.6g		栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 205kcal 382kcal たんぱく質 8.4g 12.1g 脂質 8.4g 9.1g 炭水化物 23.9g 62.0g ナトリウム 777mg 1299mg 食塩相当量 2.0g 3.3g	
		★全粥240g 焼肉炒め 乳麦 白菜と若芽の煮物 乳麦 大根なます 麦 ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g 白身の照焼き 乳麦 ブロッコリーと鶏肉の煮物 乳麦 サラダスパゲティ 卵乳麦 ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g 鮭の西京焼 乳麦 油揚げと菜の花の煮物 麦 若芽とパインの酢の物 麦 ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g 鶏肉のデミソース煮 乳麦 ひじき煮 乳麦 大根とベーコンの煮物 卵乳麦 ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g 白身の竜田揚げ 乳麦 白花豆煮 麦 ゴボウのピリ辛サラダ 卵乳麦 ★味噌汁(とろみ)	
合	計	栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 397kcal 928kcal たんぱく質 13.9g 25.0g 脂質 17.6g 19.7g 炭水化物 47.2g 161.5g ナトリウム 2152mg 3718mg 食塩相当量 5.5g 9.4g		栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 514kcal 1045kcal たんぱく質 15.5g 26.6g 脂質 29.5g 31.6g 炭水化物 44.8g 159.1g ナトリウム 2029mg 3595mg 食塩相当量 5.1g 9.1g		栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 537kcal 1068kcal たんぱく質 16.6g 27.7g 脂質 28.1g 30.2g 炭水化物 53.4g 167.7g ナトリウム 1903mg 3469mg 食塩相当量 4.8g 8.8g		栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 496kcal 1027kcal たんぱく質 20.1g 31.2g 脂質 23.5g 25.6g 炭水化物 52.7g 167.0g ナトリウム 2207mg 3773mg 食塩相当量 5.7g 9.6g		栄養価 おかずセット フルセット エネルギー 521kcal 1052kcal たんぱく質 18.1g 29.2g 脂質 24.4g 26.5g 炭水化物 58.5g 172.8g ナトリウム 1859mg 3425mg 食塩相当量 4.8g 8.7g	

★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