

「ムース食」週間献立表

注文締切：2/3（火）

2月16日(月)		2月17日(火)		2月18日(水)		2月19日(木)		2月20日(金)			
★全粥240g 金時豆の煮物 若竹煮 ★味噌汁(とろみ)	乳麦 麦 麦	★全粥240g 五目豆腐煮 大根なます ★味噌汁(とろみ)	乳麦 麦 麦	★全粥240g ブロッコリーと鶏肉の煮物 大根と椎茸の煮物 ★味噌汁(とろみ)	乳麦 麦 麦	★全粥240g きのこの玉子とじ 一夜漬 ★味噌汁(とろみ)	卵乳麦 乳麦 麦	★全粥240g 鶏団子の中華風 ひじきと大豆の煮物 ★味噌汁(とろみ)	卵乳麦 乳麦 麦		
栄養価 エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	95kcal 272kcal 4.4g 2.4g 16.4g 437mg 1.1g	栄養価 エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	95kcal 272kcal 2.3g 4.0g 12.4g 527mg 1.3g	栄養価 エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	107kcal 284kcal 5.2g 4.2g 11.7g 555mg 1.4g	栄養価 エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	71kcal 248kcal 8.9g 4.9g 49.8g 1077mg 2.7g	栄養価 エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	98kcal 275kcal 4.1g 4.0g 11.4g 530mg 1.3g	栄養価 エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	98kcal 275kcal 7.8g 4.7g 49.5g 1052mg 2.7g
★全粥240g 鮭の照焼 ひじきと高野豆腐の煮物 菜の花の辛子和え ★味噌汁(とろみ)	麦 乳麦 乳麦 乳麦 麦	★全粥240g クリームコロッケ 鶏肉のすき焼き煮 えんどう豆とベーコン炒め ★味噌汁(とろみ)	乳麦か 赤魚の生姜煮 野菜の味噌風味 卵乳麦 麦	★全粥240g 鶏の西京焼き 五色煮 南瓜とハムのサラダ ★味噌汁(とろみ)	乳麦 乳麦 卵乳麦 麦	★全粥240g 鮭のおろし煮 プロッコリーの煮物 マリーネサラダ ★味噌汁(とろみ)	乳麦 乳麦 卵乳麦 麦	★全粥240g 鮭のおろし煮 プロッコリーの煮物 マリーネサラダ ★味噌汁(とろみ)	乳麦 乳麦 卵乳麦 麦	★全粥240g 鮭のおろし煮 プロッコリーの煮物 マリーネサラダ ★味噌汁(とろみ)	乳麦 乳麦 卵乳麦 麦
栄養価 エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	165kcal 342kcal 9.2g 7.4g 15.8g 818mg 2.1g	栄養価 エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	177kcal 354kcal 6.2g 8.9g 17.8g 758mg 1.9g	栄養価 エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	179kcal 356kcal 8.1g 7.8g 19.0g 861mg 2.2g	栄養価 エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	156kcal 333kcal 11.8g 8.5g 57.1g 1383mg 3.5g	栄養価 エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	210kcal 387kcal 8.6g 12.3g 55.6g 1281mg 3.3g	栄養価 エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	210kcal 387kcal 12.3g 12.1g 18.7g 814mg 3.4g
★全粥240g ナスと鶏肉のしげ焼き 白菜と麸の玉子とじ 切干大根とベーコンの煮物 ★味噌汁(とろみ)	乳麦落 卵乳麦 卵乳麦 麦	★全粥240g 白身のおろし煮 昆布煮豆 青菜のおひたし ★味噌汁(とろみ)	乳麦 乳麦 乳麦 麦	★全粥240g 鶏肉のイタリアンソース煮 枝豆とかにまの煮物 白菜と若芽の煮物 ★味噌汁(とろみ)	乳麦 卵麦えか 乳麦 麦	★全粥240g 和風煮込みハンバーグ 法蓮草と油揚げの煮物 サラダスパゲティ ★味噌汁(とろみ)	乳麦 麦 卵乳麦 麦	★全粥240g 焼肉炒め 切干大根煮 青菜のわさび和え ★味噌汁(とろみ)	乳麦 乳麦 卵乳麦 麦	★全粥240g 焼肉炒め 切干大根煮 青菜のわさび和え ★味噌汁(とろみ)	乳麦 乳麦 卵乳麦 麦
栄養価 エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	199kcal 376kcal 6.3g 11.7g 17.2g 819mg 2.1g	栄養価 エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	190kcal 367kcal 10.0g 12.4g 55.3g 901mg 2.3g	栄養価 エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	133kcal 310kcal 11.2g 7.8g 19.7g 703mg 3.6g	栄養価 エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	237kcal 414kcal 5.1g 6.4g 14.9g 1225mg 3.1g	栄養価 エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	176kcal 353kcal 5.5g 15.4g 9.2g 821mg 3.4g	栄養価 エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	176kcal 353kcal 4.8g 9.9g 4.8g 893mg 3.6g
栄養価 エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	459kcal 990kcal 19.9g 21.5g 49.4g 2074mg 5.3g	栄養価 エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	462kcal 993kcal 19.7g 20.7g 49.9g 2186mg 9.2g	栄養価 エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	419kcal 950kcal 18.4g 20.5g 45.6g 3752mg 9.6g	栄養価 エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	464kcal 995kcal 13.8g 25.2g 59.9g 2119mg 5.4g	栄養価 エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	484kcal 1015kcal 24.9g 27.3g 45.0g 3685mg 9.3g	栄養価 エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	484kcal 1015kcal 17.5g 25.3g 47.5g 2237mg 5.7g
栄養価 エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	459kcal 990kcal 19.9g 21.5g 49.4g 2074mg 5.3g	栄養価 エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	462kcal 993kcal 19.7g 20.7g 49.9g 2186mg 9.2g	栄養価 エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	419kcal 950kcal 18.4g 20.5g 45.6g 3752mg 9.6g	栄養価 エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	464kcal 995kcal 13.8g 25.2g 59.9g 2119mg 5.4g	栄養価 エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	484kcal 1015kcal 24.9g 27.3g 45.0g 3669mg 9.3g	栄養価 エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	484kcal 1015kcal 17.5g 25.3g 47.5g 2237mg 5.7g

★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。

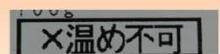
ムース食は消費者庁許可の特別用途食品(えん下困難者用食品)ではありません。

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

(a) 湯せん

(i) 電子レンジ

- (a) 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。

(i) 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



お皿に盛付けて完成です

電子レンジの参考条件

600W 20~25秒

200W 40~50秒←オススメ

【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