

週間献立表（ムース食）



		9月1日(月)			9月2日(火)			9月3日(水)			9月4日(木)			9月5日(金)		
朝 食	★全粥240g				★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g		
	切干大根と小松菜の煮物	麦			鶏つくねとフキの煮物	卵乳麦		温泉玉子	卵麦		金時豆の煮物	乳麦		五目豆腐煮	乳麦	
	ベーコンのごま酢和え	卵乳麦			菜の花のおひたし	乳麦		一夜漬	乳麦		若竹煮	麦		大根なます	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	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	89kcal	263kcal		エネルギー	108kcal	282kcal	エネルギー	104kcal	278kcal	エネルギー	95kcal	269kcal	エネルギー	95kcal	269kcal
	蛋白質	2.6g	6.4g		蛋白質	2.7g	6.5g	蛋白質	4.5g	8.3g	蛋白質	4.4g	8.2g	蛋白質	2.3g	6.1g
	脂 質	4.2g	4.9g		脂 質	4.7g	5.4g	脂 質	5.6g	6.3g	脂 質	2.4g	3.1g	脂 質	4.0g	4.7g
昼 食	★全粥240g				★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g		
	鶏の照焼	乳麦			赤魚の味噌煮	乳麦		鶏肉のカレー風味焼き	乳麦		鮭の照焼	麦		クリームコロッケ	乳麦か	
	赤玉南瓜の煮物	麦			薩摩芋と切昆布の煮物	乳麦		牛肉と根菜の煮物	乳麦		ひじきと高野豆腐の煮物	乳麦		鶏肉のすき焼き煮	麦	
	きのこきんぴら	乳麦			もやしサラダ	卵乳麦		メンマの中華和え	乳麦か		菜の花の辛子和え	乳麦		えんどう豆とベーコン炒め	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	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	205kcal	379kcal		エネルギー	168kcal	342kcal	エネルギー	202kcal	376kcal	エネルギー	165kcal	339kcal	エネルギー	177kcal	351kcal
	蛋白質	8.4g	12.2g		蛋白質	7.7g	11.5g	蛋白質	7.4g	11.2g	蛋白質	9.2g	13.0g	蛋白質	6.2g	10.0g
	脂 質	8.4g	9.1g		脂 質	7.1g	7.8g	脂 質	10.3g	11.0g	脂 質	7.4g	8.1g	脂 質	8.9g	9.6g
夕 食	★全粥240g				★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g		
	白身の竜田揚げ	乳麦			豚肉の生姜焼	乳麦		白身フライタルタル	卵乳麦		ナスと鶏肉のしぎ焼き	乳麦落		白身のおろし煮	乳麦	
	白花豆煮	麦			大根の千切煮	乳麦		大豆大根煮	卵乳麦		白菜と麩の玉子とじ	卵乳麦		昆布煮豆	乳麦	
	ゴボウのピリ辛サラダ	卵乳麦			ひじきとベーコンの煮物	卵乳麦		ハムとブロッコリーのマリーネ	卵乳麦		切干大根とベーコンの煮物	卵乳麦		青菜のおひたし	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	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	226kcal	400kcal		エネルギー	160kcal	334kcal	エネルギー	205kcal	379kcal	エネルギー	199kcal	373kcal	エネルギー	190kcal	364kcal
	蛋白質	7.1g	10.9g		蛋白質	6.5g	10.3g	蛋白質	4.8g	8.6g	蛋白質	6.3g	10.1g	蛋白質	11.2g	15.0g
	脂 質	11.8g	12.5g		脂 質	7.4g	8.1g	脂 質	12.6g	13.3g	脂 質	11.6g	12.3g	脂 質	7.8g	8.5g
合 計	★全粥240g				★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g		
	鶏の照焼	乳麦			赤魚の味噌煮	乳麦		鶏肉のカレー風味焼き	乳麦		鮭の照焼	麦		クリームコロッケ	乳麦か	
	赤玉南瓜の煮物	麦			薩摩芋と切昆布の煮物	乳麦		牛肉と根菜の煮物	乳麦		ひじきと高野豆腐の煮物	乳麦		鶏肉のすき焼き煮	麦	
	きのこきんぴら	乳麦			もやしサラダ	卵乳麦		メンマの中華和え	乳麦か		菜の花の辛子和え	乳麦		えんどう豆とベーコン炒め	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	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	520kcal	1042kcal		エネルギー	436kcal	958kcal	エネルギー	511kcal	1033kcal	エネルギー	459kcal	981kcal	エネルギー	462kcal	984kcal
	蛋白質	18.1g	29.5g		蛋白質	16.9g	28.3g	蛋白質	16.7g	28.1g	蛋白質	19.9g	31.3g	蛋白質	19.7g	31.1g
	脂 質	24.4g	26.5g		脂 質	19.2g	21.3g	脂 質	28.5g	30.6g	脂 質	21.4g	23.5g	脂 質	20.7g	22.8g
	炭水化物	58.5g	173.7g		炭水化物	48.9g	164.1g	炭水化物	47.1g	162.3g	炭水化物	49.4g	164.6g	炭水化物	49.9g	165.1g
	ナトリウム	1871mg	3440mg		ナトリウム	2317mg	3886mg	ナトリウム	2438mg	4007mg	ナトリウム	2070mg	3639mg	ナトリウム	2186mg	3755mg
	食塩相当量	4.8g	8.7g		食塩相当量	5.9g	9.9g	食塩相当量	6.2g	10.2g	食塩相当量	5.3g	9.2g	食塩相当量	5.5g	9.6g

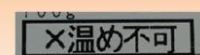
※★はフルセットのメニューです。おかずのみの方はご家庭でご用意ください。※ムース食は消費者庁許可の特別用途食品(えん下困難者用食品)ではありません。
 ※天候や仕入れの都合により、献立が一部変更する場合もあります。※嚥下食などの食事療法として利用される場合は事前にかかり付けの医師にご相談ください。
 ※アレルギーは特定8品目卵・乳・小麦(麦)・そば(そ)・落花生(落)・えび(え)・かに(か)・くるみ(く)です。()内は献立表での表記です。

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秒ーオススメ

- 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