「ムース食」　週間献立表

	7月6日(月)		7月7日(火)		7月8日(水)		7月9日(木)		7月10日(金)	
朝食	★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g	
	大根の千切煮	乳麦	白菜と麩の玉子とじ	卵乳麦	牛肉と根菜の煮物	乳麦	温泉玉子	卵麦	五色煮豆	卵麦
	若芽の酢味噌和え	乳麦	昆布の佃煮	麦	メンマの中華和え	乳麦か	ふきの煮物	乳麦	大根とひじきの煮物	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 91kcal	268kcal	エネルギー 100kcal	277kcal	エネルギー 137kcal	314kcal	エネルギー 119kcal	296kcal	エネルギー 118kcal	295kcal
	蛋白質 2.9g	6.6g	蛋白質 1.8g	5.5g	蛋白質 4.1g	7.8g	蛋白質 4.6g	8.3g	蛋白質 3.4g	7.1g
	脂 質 3.1g	3.8g	脂 質 5.4g	6.1g	脂 質 6.6g	7.3g	脂 質 6.3g	7.0g	脂 質 5.2g	5.9g
	炭水化物 14.1g	52.2g	炭水化物 12.5g	50.6g	炭水化物 15.4g	53.5g	炭水化物 10.7g	48.8g	炭水化物 15.6g	53.7g
	ナトリウム 462mg	984mg	ナトリウム 504mg	1026mg	ナトリウム 726mg	1248mg	ナトリウム 612mg	1134mg	ナトリウム 574mg	1096mg
	食塩相当量 1.2g	2.5g	食塩相当量 1.3g	2.6g	食塩相当量 1.8g	3.2g	食塩相当量 1.6g	2.9g	食塩相当量 1.5g	2.8g
昼食	★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g	
	鮭の西京焼	乳麦	豚肉の生姜焼	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
	ひじきとベーコンの煮物	卵乳麦	大豆大根煮	卵乳麦	ひじきと高野豆腐の煮物	乳麦	大根煮	乳麦	ブロッコリーの煮物	乳麦
	もやしサラダ	卵乳麦	法蓮草と油揚げの煮物	麦	切干大根とベーコンの煮物	卵乳麦	菜の花のおひたし	乳麦	南瓜とハムのサラダ	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 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 207kcal	384kcal	エネルギー 156kcal	333kcal	エネルギー 162kcal	339kcal	エネルギー 154kcal	331kcal	エネルギー 208kcal	385kcal
	蛋白質 8.6g	12.3g	蛋白質 6.9g	10.6g	蛋白質 9.2g	12.9g	蛋白質 5.8g	9.5g	蛋白質 10.2g	13.9g
	脂 質 9.5g	10.2g	脂 質 7.0g	7.7g	脂 質 6.8g	7.5g	脂 質 6.5g	7.2g	脂 質 10.8g	11.5g
	炭水化物 20.8g	58.9g	炭水化物 17.4g	55.5g	炭水化物 15.5g	53.6g	炭水化物 17.4g	55.5g	炭水化物 18.1g	56.2g
	ナトリウム 967mg	1489mg	ナトリウム 760mg	1282mg	ナトリウム 870mg	1392mg	ナトリウム 811mg	1333mg	ナトリウム 840mg	1362mg
	食塩相当量 2.5g	3.8g	食塩相当量 1.9g	3.3g	食塩相当量 2.2g	3.5g	食塩相当量 2.1g	3.4g	食塩相当量 2.1g	3.5g
夕食	★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g	
	鶏肉のデミソース煮	乳麦	白身の竜田揚げ	乳麦	鶏の照焼	乳麦	白身のおろし煮	乳麦	クリームコロッケ	乳麦か
	竹輪の五色きんぴら	乳麦	肉団子の甘酢煮	卵乳麦	金時豆の煮物	乳麦	昆布煮豆	乳麦	きのこの玉子とじ	卵乳麦
	ハムとブロッコリーのマリーネ	卵乳麦	菜の花の辛子和え	乳麦	若竹煮	麦	ベーコンのごま酢和え	卵乳麦	鶏肉のすき焼き煮	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 188kcal	365kcal	エネルギー 224kcal	401kcal	エネルギー 172kcal	349kcal	エネルギー 205kcal	382kcal	エネルギー 179kcal	356kcal
	蛋白質 6.9g	10.6g	蛋白質 8.7g	12.4g	蛋白質 9.4g	13.1g	蛋白質 12.0g	15.7g	蛋白質 7.0g	10.7g
	脂 質 9.9g	10.6g	脂 質 11.2g	11.9g	脂 質 6.4g	7.1g	脂 質 9.2g	9.9g	脂 質 9.0g	9.7g
	炭水化物 16.5g	54.6g	炭水化物 21.6g	59.7g	炭水化物 21.2g	59.3g	炭水化物 19.0g	57.1g	炭水化物 17.4g	55.5g
	ナトリウム 855mg	1377mg	ナトリウム 882mg	1404mg	ナトリウム 711mg	1233mg	ナトリウム 942mg	1464mg	ナトリウム 695mg	1217mg
	食塩相当量 2.2g	3.5g	食塩相当量 2.2g	3.6g	食塩相当量 1.8g	3.1g	食塩相当量 2.4g	3.7g	食塩相当量 1.8g	3.1g
合計	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 486kcal	1017kcal	エネルギー 480kcal	1011kcal	エネルギー 471kcal	1002kcal	エネルギー 478kcal	1009kcal	エネルギー 505kcal	1036kcal
	蛋白質 18.4g	29.5g	蛋白質 17.4g	28.5g	蛋白質 22.7g	33.8g	蛋白質 22.4g	33.5g	蛋白質 20.6g	31.7g
	脂 質 22.5g	24.6g	脂 質 23.6g	25.7g	脂 質 19.8g	21.9g	脂 質 22.0g	24.1g	脂 質 25.0g	27.1g
	炭水化物 51.4g	165.7g	炭水化物 51.5g	165.8g	炭水化物 52.1g	166.4g	炭水化物 47.1g	161.4g	炭水化物 51.1g	165.4g
	ナトリウム 2284mg	3850mg	ナトリウム 2146mg	3712mg	ナトリウム 2307mg	3873mg	ナトリウム 2365mg	3931mg	ナトリウム 2109mg	3675mg
	食塩相当量 5.9g	9.8g	食塩相当量 5.4g	9.5g	食塩相当量 5.8g	9.8g	食塩相当量 6.1g	10.0g	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