

「ムース食」 週間献立表

8月31日(月)			9月1日(火)			9月2日(水)			9月3日(木)			9月4日(金)								
朝	★全粥240g 鶏つくねとフキの煮物 菜の花のおひたし ★味噌汁(とろみ)		卵乳麦 乳麦 麦	★全粥240g 温泉玉子 一夜漬 ★味噌汁(とろみ)		卵麦 乳麦 麦	★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					
	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		108kcal	285kcal	エネルギー		104kcal	281kcal	エネルギー		95kcal	272kcal	エネルギー		107kcal	284kcal				
	蛋白質		2.7g	6.4g	蛋白質		4.5g	8.2g	蛋白質		4.4g	8.1g	蛋白質		2.3g	6.0g	蛋白質	5.2g	8.9g	
	脂質		4.7g	5.4g	脂質		5.6g	6.3g	脂質		2.4g	3.1g	脂質		4.0g	4.7g	脂質		4.2g	4.9g
食	炭水化物		13.2g	51.3g	炭水化物		8.6g	46.7g	炭水化物		16.4g	54.5g	炭水化物		12.4g	50.5g	炭水化物		11.7g	49.8g
	ナトリウム		565mg	1087mg	ナトリウム		605mg	1127mg	ナトリウム		437mg	959mg	ナトリウム		527mg	1049mg	ナトリウム		555mg	1077mg
	食塩相当量		1.4g	2.8g	食塩相当量		1.5g	2.9g	食塩相当量		1.1g	2.4g	食塩相当量		1.3g	2.7g	食塩相当量		1.4g	2.7g
	★全粥240g 赤魚の味噌煮 薩摩芋と切昆布の煮物 もやしサラダ ★味噌汁(とろみ)		乳麦 乳麦 卵乳麦 麦	★全粥240g 鶏肉のカレー風味焼き 牛肉と根菜の煮物 メンマの中華和え ★味噌汁(とろみ)		乳麦 乳麦 乳麦か 麦	★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 麦	★全粥240g クリームコロッケ 鶏肉のすき焼き煮 ふきの煮物 ★味噌汁(とろみ)		乳麦か 麦 乳麦 麦	★全粥240g 赤魚の生姜煮 野菜の味噌風味 南瓜とハムのサラダ ★味噌汁(とろみ)		乳麦 乳麦 卵乳麦 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
昼	エネルギー		169kcal	346kcal	エネルギー		202kcal	379kcal	エネルギー		165kcal	342kcal	エネルギー		165kcal	342kcal	エネルギー		179kcal	356kcal
	蛋白質		7.7g	11.4g	蛋白質		7.4g	11.1g	蛋白質		9.2g	12.9g	蛋白質		4.5g	8.2g	蛋白質		8.1g	11.8g
	脂質		7.1g	7.8g	脂質		10.3g	11.0g	脂質		7.4g	8.1g	脂質		8.5g	9.2g	脂質		7.8g	8.5g
	炭水化物		18.9g	57.0g	炭水化物		19.8g	57.9g	炭水化物		15.8g	53.9g	炭水化物		17.9g	56.0g	炭水化物		19.0g	57.1g
	ナトリウム		998mg	1520mg	ナトリウム		972mg	1494mg	ナトリウム		818mg	1340mg	ナトリウム		693mg	1215mg	ナトリウム		861mg	1383mg
夕	食塩相当量		2.5g	3.9g	食塩相当量		2.5g	3.8g	食塩相当量		2.1g	3.4g	食塩相当量		1.8g	3.1g	食塩相当量		2.2g	3.5g
	★全粥240g 豚肉の生姜焼 大根の千切煮 ひじきとベーコンの煮物 ★味噌汁(とろみ)		乳麦 乳麦 卵乳麦 麦	★全粥240g 白身フライタルタル 大豆大根煮 ハムとブロッコリーのマリネ ★味噌汁(とろみ)		卵乳麦 卵乳麦 卵乳麦 麦	★全粥240g ナスと鶏肉のしぎ焼き 白菜と麩の玉子とじ 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 枝豆とかにかまの煮物 白菜と若芽の煮物 ★味噌汁(とろみ)		乳麦 卵麦えか 乳麦 麦					
	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		160kcal	337kcal	エネルギー		206kcal	383kcal	エネルギー		199kcal	376kcal	エネルギー		190kcal	367kcal	エネルギー		133kcal	310kcal
	蛋白質		6.5g	10.2g	蛋白質		4.9g	8.6g	蛋白質		6.3g	10.0g	蛋白質		11.2g	14.9g	蛋白質		5.1g	8.8g
合	脂質		7.4g	8.1g	脂質		12.6g	13.3g	脂質		11.7g	12.4g	脂質		7.8g	8.5g	脂質		6.4g	7.1g
	炭水化物		16.8g	54.9g	炭水化物		18.7g	56.8g	炭水化物		17.2g	55.3g	炭水化物		19.7g	57.8g	炭水化物		14.9g	53.0g
	ナトリウム		745mg	1267mg	ナトリウム		849mg	1371mg	ナトリウム		819mg	1341mg	ナトリウム		901mg	1423mg	ナトリウム		703mg	1225mg
	食塩相当量		1.9g	3.2g	食塩相当量		2.2g	3.5g	食塩相当量		2.1g	3.4g	食塩相当量		2.3g	3.6g	食塩相当量		1.8g	3.1g
	★全粥240g 鶏肉の味噌煮 大根の千切煮 ひじきとベーコンの煮物 ★味噌汁(とろみ)		乳麦 乳麦 卵乳麦 麦	★全粥240g 白身フライタルタル 大豆大根煮 ハムとブロッコリーのマリネ ★味噌汁(とろみ)		卵乳麦 卵乳麦 卵乳麦 麦	★全粥240g ナスと鶏肉のしぎ焼き 白菜と麩の玉子とじ 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 枝豆とかにかまの煮物 白菜と若芽の煮物 ★味噌汁(とろみ)		乳麦 卵麦えか 乳麦 麦					
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		437kcal	968kcal	エネルギー		512kcal	1043kcal	エネルギー		459kcal	990kcal	エネルギー		450kcal	981kcal	エネルギー		419kcal	950kcal
	蛋白質		16.9g	28.0g	蛋白質		16.8g	27.9g	蛋白質		19.9g	31.0g	蛋白質		18.0g	29.1g	蛋白質		18.4g	29.5g
	脂質		19.2g	21.3g	脂質		28.5g	30.6g	脂質		21.5g	23.6g	脂質		20.3g	22.4g	脂質		18.4g	20.5g
	炭水化物		48.9g	163.2g	炭水化物		47.1g	161.4g	炭水化物		49.4g	163.7g	炭水化物		50.0g	164.3g	炭水化物		45.6g	159.9g
ナトリウム		2308mg	3874mg	ナトリウム		2426mg	3992mg	ナトリウム		2074mg	3640mg	ナトリウム		2121mg	3687mg	ナトリウム		2119mg	3685mg	
食塩相当量		5.8g	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		5.4g	9.4g	食塩相当量		5.4g	9.3g	

★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。

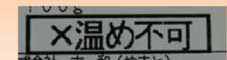
ムース食は消費者庁許可の特別用途食品(えん下困難者用食品)ではありません。
嚥下食などの食事療法として利用される場合は事前に医師にご相談ください。

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