

「ムース食」 週間献立表

		9月14日(月)			9月15日(火)			9月16日(水)			9月17日(木)			9月18日(金)		
朝	食	★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g		
		五色煮豆 卵麦			野菜の味噌風味 乳麦			豚すき 乳麦			切干大根と小松菜の煮物 麦			ブロッコリーと鶏肉の煮物 乳麦		
		大根とひじきの煮物 麦			白花豆煮 麦			一夜漬 乳麦			ひじき煮 乳麦			ゴボウのピリ辛サラダ 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		
昼	食	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 118kcal 295kcal			エネルギー 119kcal 296kcal			エネルギー 72kcal 249kcal			エネルギー 76kcal 253kcal			エネルギー 124kcal 301kcal		
		蛋白質 3.4g 7.1g			蛋白質 3.4g 7.1g			蛋白質 1.9g 5.6g			蛋白質 0.7g 4.4g			蛋白質 3.9g 7.6g		
		脂質 5.2g 5.9g			脂質 3.1g 3.8g			脂質 2.5g 3.2g			脂質 3.8g 4.5g			脂質 7.2g 7.9g		
夕	食	★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g		
		鮭の照焼 麦			ナスと鶏肉のしぎ焼き 乳麦落			白身フライタルタル 卵乳麦			和風煮込みハンバーグ 乳麦			焼肉炒め 乳麦		
		ブロッコリーの煮物 乳麦			枝豆とかにかまの煮物 卵麦えか			大根とベーコンの煮物 卵乳麦			五色煮 乳麦			切昆布と竹の子の煮物 乳麦		
		南瓜とハムのサラダ 卵乳麦			白菜と若芽の煮物 乳麦			法蓮草のおひたし 乳麦			青菜のわさび和え 卵乳麦			大根なます 麦		
合	計	★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 208kcal 385kcal			エネルギー 176kcal 353kcal			エネルギー 208kcal 385kcal			エネルギー 168kcal 345kcal			エネルギー 148kcal 325kcal		
		蛋白質 10.2g 13.9g			蛋白質 4.2g 7.9g			蛋白質 6.9g 10.6g			蛋白質 4.4g 8.1g			蛋白質 3.3g 7.0g		
計	食	脂質 10.8g 11.5g			脂質 9.9g 10.6g			脂質 11.5g 12.2g			脂質 8.8g 9.5g			脂質 6.4g 7.1g		
		炭水化物 18.1g 56.2g			炭水化物 18.6g 56.7g			炭水化物 19.2g 57.3g			炭水化物 16.7g 54.8g			炭水化物 19.5g 57.6g		
		ナトリウム 840mg 1362mg			ナトリウム 792mg 1314mg			ナトリウム 904mg 1426mg			ナトリウム 847mg 1369mg			ナトリウム 841mg 1363mg		
		食塩相当量 2.1g 3.5g			食塩相当量 2.0g 3.3g			食塩相当量 2.3g 3.6g			食塩相当量 2.2g 3.5g			食塩相当量 2.1g 3.5g		
合	計	★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g		
		クリームコロッケ 乳麦			赤魚の生姜煮 乳麦			鶏肉のイタリアンソース煮 乳麦			白身の照焼き 乳麦			鶏の西京焼き 乳麦		
		きのこの玉子とし 卵乳麦			薩摩芋と切昆布の煮物 乳麦			はんぺんの玉子とし 卵乳麦			鶏団子の中華風 卵乳麦			きのこきんぴら 乳麦		
		鶏肉のすき焼き煮 麦			法蓮草とハムのマリネ 卵乳麦			黒豆煮 乳麦			大根と竹輪の酢の物 乳麦			青菜のおひたし 乳麦		
合	計	★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 179kcal 356kcal			エネルギー 139kcal 316kcal			エネルギー 164kcal 341kcal			エネルギー 146kcal 323kcal			エネルギー 161kcal 338kcal		
		蛋白質 7.0g 10.7g			蛋白質 8.6g 12.3g			蛋白質 8.1g 11.8g			蛋白質 6.7g 10.4g			蛋白質 6.1g 9.8g		
合	計	脂質 9.0g 9.7g			脂質 4.6g 5.3g			脂質 7.7g 8.4g			脂質 5.7g 6.4g			脂質 7.0g 7.7g		
		炭水化物 17.4g 55.5g			炭水化物 16.7g 54.8g			炭水化物 15.4g 53.5g			炭水化物 16.7g 54.8g			炭水化物 19.7g 57.8g		
		ナトリウム 695mg 1217mg			ナトリウム 953mg 1475mg			ナトリウム 637mg 1159mg			ナトリウム 745mg 1267mg			ナトリウム 822mg 1344mg		
		食塩相当量 1.8g 3.1g			食塩相当量 2.4g 3.8g			食塩相当量 1.6g 2.9g			食塩相当量 1.9g 3.2g			食塩相当量 2.1g 3.4g		
合	計	★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g		
		エネルギー 505kcal 1036kcal			エネルギー 434kcal 965kcal			エネルギー 444kcal 975kcal			エネルギー 390kcal 921kcal			エネルギー 433kcal 964kcal		
		蛋白質 20.6g 31.7g			蛋白質 16.2g 27.3g			蛋白質 16.9g 28.0g			蛋白質 11.8g 22.9g			蛋白質 13.3g 24.4g		
		脂質 25.0g 27.1g			脂質 17.6g 19.7g			脂質 21.7g 23.8g			脂質 18.3g 20.4g			脂質 20.6g 22.7g		
合	計	炭水化物 51.1g 165.4g			炭水化物 56.6g 170.9g			炭水化物 45.7g 160.0g			炭水化物 44.2g 158.5g			炭水化物 49.1g 163.4g		
		ナトリウム 2109mg 3675mg			ナトリウム 2166mg 3732mg			ナトリウム 2098mg 3664mg			ナトリウム 2017mg 3583mg			ナトリウム 2155mg 3721mg		
		食塩相当量 5.4g 9.4g			食塩相当量 5.5g 9.5g			食塩相当量 5.3g 9.2g			食塩相当量 5.2g 9.1g			食塩相当量 5.5g 9.5g		
		★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。			★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。			★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。			★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。			★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。		

★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。

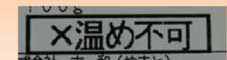
ムース食は消費者庁許可の特別用途食品(えん下困難者用食品)ではありません。
嚥下食などの食事療法として利用される場合は事前に医師にご相談ください。

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