

「ムース食」 週間献立表

		9月28日(月)			9月29日(火)			9月30日(水)			10月1日(木)			10月2日(金)		
朝	食	★全粥240g 鶏団子の中華風 一夜漬 ★味噌汁(とろみ)			★全粥240g 五色煮 若芽のゴマ酢和え ★味噌汁(とろみ)			★全粥240g がんも煮 大根と竹輪の酢の物 ★味噌汁(とろみ)			★全粥240g 肉団子の甘酢煮 昆布の佃煮 ★味噌汁(とろみ)			★全粥240g 切干大根と小松菜の煮物 ベーコンのごま酢和え ★味噌汁(とろみ)		
		卵乳麦か 乳麦 麦			乳麦 麦 麦			麦 乳麦 麦			卵乳麦 麦 麦			麦 卵乳麦 麦		
昼	食	栄養価 エネルギー 76kcal たんぱく質 2.9g 脂質 2.8g 炭水化物 10.3g ナトリウム 547mg 食塩相当量 1.4g			フルセット エネルギー 253kcal たんぱく質 6.6g 脂質 3.5g 炭水化物 48.4g ナトリウム 1069mg 食塩相当量 2.7g			フルセット エネルギー 269kcal たんぱく質 5.2g 脂質 4.6g 炭水化物 50.2g ナトリウム 1037mg 食塩相当量 2.6g			フルセット エネルギー 299kcal たんぱく質 7.0g 脂質 7.5g 炭水化物 49.4g ナトリウム 996mg 食塩相当量 2.5g			フルセット エネルギー 313kcal たんぱく質 6.6g 脂質 7.3g 炭水化物 55.3g ナトリウム 1100mg 食塩相当量 2.8g		
		★全粥240g 鮭のおろし煮 ふきの煮物 若竹煮 ★味噌汁(とろみ)			★全粥240g スパイシーチキン はんぺんの玉子とじ 大根煮 ★味噌汁(とろみ)			★全粥240g とんかつ 黒豆煮 マリーネサラダ ★味噌汁(とろみ)			★全粥240g 白身の味噌煮 五色煮豆 法蓮草のおひたし ★味噌汁(とろみ)			★全粥240g 鶏の照焼 赤玉南瓜の煮物 きのこさんぴら ★味噌汁(とろみ)		
		麦 乳麦 麦 麦			乳麦 卵乳麦 乳麦 麦			卵乳麦 乳麦 卵乳麦 麦			乳麦 卵麦 乳麦 麦			乳麦 麦 乳麦 麦		
夕	食	栄養価 エネルギー 155kcal たんぱく質 6.5g 脂質 7.4g 炭水化物 16.7g ナトリウム 742mg 食塩相当量 1.9g			フルセット エネルギー 332kcal たんぱく質 10.2g 脂質 8.1g 炭水化物 54.8g ナトリウム 1264mg 食塩相当量 3.2g			フルセット エネルギー 365kcal たんぱく質 10.3g 脂質 10.7g 炭水化物 55.1g ナトリウム 1270mg 食塩相当量 3.2g			フルセット エネルギー 410kcal たんぱく質 9.4g 脂質 15.0g 炭水化物 58.4g ナトリウム 1194mg 食塩相当量 3.0g			フルセット エネルギー 364kcal たんぱく質 14.2g 脂質 8.1g 炭水化物 57.7g ナトリウム 1419mg 食塩相当量 3.6g		
		★全粥240g 焼肉炒め 白菜と若芽の煮物 大根なます ★味噌汁(とろみ)			★全粥240g 白身の照焼き ブロッコリーと鶏肉の煮物 サラダスパゲティ ★味噌汁(とろみ)			★全粥240g 鮭の西京焼 油揚げと菜の花の煮物 若芽とパインの酢の物 ★味噌汁(とろみ)			★全粥240g 鶏肉のデミソース煮 ひじき煮 大根とベーコンの煮物 ★味噌汁(とろみ)			★全粥240g 白身の竜田揚げ 白花豆煮 ゴボウのピリ辛サラダ ★味噌汁(とろみ)		
		乳麦 乳麦 麦 麦			乳麦 乳麦 卵乳麦か 麦			乳麦 麦 麦 麦			乳麦 乳麦 卵乳麦 麦			乳麦 麦 卵乳麦 麦		
合	計	栄養価 エネルギー 379kcal たんぱく質 12.6g 脂質 16.9g 炭水化物 46.3g ナトリウム 2083mg 食塩相当量 5.3g			フルセット エネルギー 910kcal たんぱく質 23.7g 脂質 19.0g 炭水化物 160.6g ナトリウム 3649mg 食塩相当量 9.2g			フルセット エネルギー 1045kcal たんぱく質 26.6g 脂質 31.6g 炭水化物 159.1g ナトリウム 3596mg 食塩相当量 9.1g			フルセット エネルギー 1074kcal たんぱく質 27.9g 脂質 30.7g 炭水化物 167.9g ナトリウム 3461mg 食塩相当量 8.7g			フルセット エネルギー 1027kcal たんぱく質 31.2g 脂質 25.6g 炭水化物 167.0g ナトリウム 3773mg 食塩相当量 9.6g		
		フルセット エネルギー 227kcal たんぱく質 7.1g 脂質 11.8g 炭水化物 24.0g ナトリウム 622mg 食塩相当量 1.6g			フルセット エネルギー 404kcal たんぱく質 10.8g 脂質 12.5g 炭水化物 62.1g ナトリウム 1144mg 食塩相当量 2.9g			フルセット エネルギー 227kcal たんぱく質 7.1g 脂質 11.8g 炭水化物 24.0g ナトリウム 622mg 食塩相当量 1.6g			フルセット エネルギー 404kcal たんぱく質 10.8g 脂質 12.5g 炭水化物 62.1g ナトリウム 1144mg 食塩相当量 2.9g			フルセット エネルギー 227kcal たんぱく質 7.1g 脂質 11.8g 炭水化物 24.0g ナトリウム 622mg 食塩相当量 1.6g		
		フルセット エネルギー 227kcal たんぱく質 7.1g 脂質 11.8g 炭水化物 24.0g ナトリウム 622mg 食塩相当量 1.6g			フルセット エネルギー 404kcal たんぱく質 10.8g 脂質 12.5g 炭水化物 62.1g ナトリウム 1144mg 食塩相当量 2.9g			フルセット エネルギー 227kcal たんぱく質 7.1g 脂質 11.8g 炭水化物 24.0g ナトリウム 622mg 食塩相当量 1.6g			フルセット エネルギー 404kcal たんぱく質 10.8g 脂質 12.5g 炭水化物 62.1g ナトリウム 1144mg 食塩相当量 2.9g			フルセット エネルギー 227kcal たんぱく質 7.1g 脂質 11.8g 炭水化物 24.0g ナトリウム 622mg 食塩相当量 1.6g		
		フルセット エネルギー 404kcal たんぱく質 10.8g 脂質 12.5g 炭水化物 62.1g ナトリウム 1144mg 食塩相当量 2.9g			フルセット エネルギー 227kcal たんぱく質 7.1g 脂質 11.8g 炭水化物 24.0g ナトリウム 622mg 食塩相当量 1.6g			フルセット エネルギー 404kcal たんぱく質 10.8g 脂質 12.5g 炭水化物 62.1g ナトリウム 1144mg 食塩相当量 2.9g			フルセット エネルギー 227kcal たんぱく質 7.1g 脂質 11.8g 炭水化物 24.0g ナトリウム 622mg 食塩相当量 1.6g			フルセット エネルギー 404kcal たんぱく質 10.8g 脂質 12.5g 炭水化物 62.1g ナトリウム 1144mg 食塩相当量 2.9g		

★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。

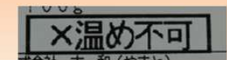
ムース食は消費者庁許可の特別用途食品(えん下困難者用食品)ではありません。
嚥下食などの食事療法として利用される場合は事前に医師にご相談ください。

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