

（たんぱく40g調整食） 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)			
朝食	★ごはん150g				★ごはん150g				★ごはん150g				★ごはん150g				★ごはん150g		
	豚肉と厚揚げの煮物			麦	鶏肉のレモンベツパー炒め				肉団子の甘酢煮			卵乳麦	厚焼玉子			卵麦	しんじょうのかに風あんかけ		
	ツナのマヨパスタ			卵乳麦	赤玉南瓜煮			麦	麩の野菜あんかけ			麦	揚げじゃがの煮っころかし			麦	ハムとキャベツのごまマヨネーズ炒め		
	麩の甘酢炒め			麦	キャベツのピーナツ和え			麦落	さつま芋のマッシュサラダ			卵乳麦	インゲンとキャベツのツナマヨ和え			卵麦	切干大根のカレーきんぴら		

※献立は予告無く変更することがあります。
※商品はチルド品なので喫食日まで冷蔵庫に入れて保管ください。
※お召上がりについて、商品は消費期限内にお召上がりください。
※「◎」は間食になります。間食はメニューを参考にして各家庭で御用意ください。

※本品は消費者庁許可の特別用途食品（病者用食品）ではありません。
※食事療法としてご利用する場合は事前に主治医にご相談ください。
※カリウムは調理後20～30%減少します。表示は調理前の栄養価です。
※おかずのみの組合員様は★印のものは各家庭にて御用意ください。

お食事の作り方

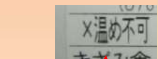


- ①惣菜は全てチルドで真空包装されています。
- ②ご利用までは冷蔵庫にて保管します。

- ③温かく召上がるメニューは湯煎で温めます。又はお皿に移してから、ラップをして電子レンジをかけます



- ④冷たく召上がるメニューはそのまま開封して盛付けます。



このマークが目印



- ⑤ごはん、味噌汁と共に器に盛り付けして完了です。
注）味噌汁はつきません

ワンポイントアドバイス

- 湯煎は水の状態から惣菜のパックを入れて火をかけます。沸騰したら火を止めて5～10分程度保温して下さい。
- 簡単な付け合わせを付けますと、よりきれいに盛付ける事が出来ます。