

週間献立表（ムース食）



		2月2日(月)			2月3日(火)			2月4日(水)			2月5日(木)			2月6日(金)		
朝 食	★全粥240g				★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g		
	豚肉と大根の煮物	麦			牛肉と根菜の煮物	乳麦		きのこの玉子とじ	卵乳麦		豚すき	乳麦		鶏大根の味噌煮	乳麦	
	若芽のゴマ酢和え	麦			昆布の佃煮	麦		法蓮草とハムのマリネ	卵乳麦		切干大根煮	乳麦		薩摩芋と切昆布の煮物	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	103kcal	280kcal		エネルギー	142kcal	319kcal	エネルギー	97kcal	274kcal	エネルギー	91kcal	268kcal	エネルギー	87kcal	264kcal
	蛋白質	2.9g	6.6g		蛋白質	4.0g	7.7g	蛋白質	4.8g	8.5g	蛋白質	3.1g	6.8g	蛋白質	3.6g	7.3g
	脂 質	4.2g	4.9g		脂 質	6.9g	7.6g	脂 質	4.1g	4.8g	脂 質	3.3g	4.0g	脂 質	2.6g	3.3g
昼 食	★全粥240g				★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g		
	鶏の幽庵焼き	乳麦			鮭の西京焼	乳麦		豚肉の生姜焼	乳麦		白身の竜田揚げ	乳麦		クリームコロッケ	乳麦か	
	昆布煮豆	乳麦			油揚げと菜の花の煮物	麦		切干大根とベーコンの煮物	卵乳麦		肉団子のソース炒め	卵乳麦		枝豆とかにかまの煮物	卵麦えか	
	ハムとブロッコリーのマリネ	卵乳麦			メンマの中華和え	乳麦か		若芽の酢味噌和え	乳麦		法蓮草と油揚げの煮物	麦		ベーコンのごま酢和え	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	193kcal	370kcal		エネルギー	196kcal	373kcal	エネルギー	162kcal	339kcal	エネルギー	211kcal	388kcal	エネルギー	183kcal	360kcal
	蛋白質	8.4g	12.1g		蛋白質	8.0g	11.7g	蛋白質	6.1g	9.8g	蛋白質	10.8g	14.5g	蛋白質	5.4g	9.1g
	脂 質	9.6g	10.3g		脂 質	8.5g	9.2g	脂 質	7.0g	7.7g	脂 質	9.9g	10.6g	脂 質	10.0g	10.7g
夕 食	★全粥240g				★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g		
	白身魚しんじょう	卵乳麦			鶏肉のデミソース煮	乳麦		赤魚の味噌煮	乳麦		鶏肉のカレー風味焼き	乳麦		赤魚の生姜煮	乳麦	
	がんも煮	麦			白菜と麩の玉子とじ	卵乳麦		赤玉南瓜の煮物	麦		ひじきと高野豆腐の煮物	乳麦		鶏つくねとフキの煮物	卵乳麦	
	菜の花の辛子と和え	乳麦			大豆大根煮	卵乳麦		ブロッコリーの煮物	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	208kcal	385kcal		エネルギー	173kcal	350kcal	エネルギー	196kcal	373kcal	エネルギー	161kcal	338kcal	エネルギー	182kcal	359kcal
	蛋白質	6.9g	10.6g		蛋白質	6.7g	10.4g	蛋白質	10.1g	13.8g	蛋白質	6.4g	10.1g	蛋白質	7.5g	11.2g
	脂 質	11.9g	12.6g		脂 質	9.7g	10.4g	脂 質	7.0g	7.7g	脂 質	7.5g	8.2g	脂 質	9.0g	9.7g
合 計	★全粥240g				★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g			★全粥240g		
	鶏の幽庵焼き	乳麦			鮭の西京焼	乳麦		豚肉の生姜焼	乳麦		白身の竜田揚げ	乳麦		クリームコロッケ	乳麦か	
	昆布煮豆	乳麦			油揚げと菜の花の煮物	麦		切干大根とベーコンの煮物	卵乳麦		肉団子のソース炒め	卵乳麦		枝豆とかにかまの煮物	卵麦えか	
	ハムとブロッコリーのマリネ	卵乳麦			メンマの中華和え	乳麦か		若芽の酢味噌和え	乳麦		法蓮草と油揚げの煮物	麦		ベーコンのごま酢和え	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	504kcal	1035kcal		エネルギー	511kcal	1042kcal	エネルギー	455kcal	986kcal	エネルギー	463kcal	994kcal	エネルギー	452kcal	983kcal
	蛋白質	18.2g	29.3g		蛋白質	18.7g	29.8g	蛋白質	21.0g	32.1g	蛋白質	20.3g	31.4g	蛋白質	16.5g	27.6g
	脂 質	25.7g	27.8g		脂 質	25.1g	27.2g	脂 質	18.1g	20.2g	脂 質	20.7g	22.8g	脂 質	21.6g	23.7g
	炭水化物	48.3g	162.6g		炭水化物	53.7g	168.0g	炭水化物	53.5g	167.8g	炭水化物	49.4g	163.7g	炭水化物	48.5g	162.8g
	ナトリウム	2142mg	3708mg		ナトリウム	2262mg	3828mg	ナトリウム	2116mg	3682mg	ナトリウム	2373mg	3939mg	ナトリウム	2253mg	3819mg
	食塩相当量	5.5g	9.4g		食塩相当量	5.7g	9.7g	食塩相当量	5.4g	9.4g	食塩相当量	6.1g	10.0g	食塩相当量	5.7g	9.6g

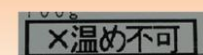
※★はフルセットのメニューです。おかずのみの方はご家庭でご用意ください。※ムース食は消費者庁許可の特別用途食品(えん下困難者用食品)ではありません。
 ※天候や仕入れの都合により、献立が一部変更する場合もあります。※嚥下食などの食事療法として利用される場合は事前にかかり付けの医師にご相談ください。
 ※アレルギーは特定8品目卵・乳・小麦(麦)・そば(そ)・落花生(落)・えび(え)・かに(か)・くるみ(く)です。()内は献立表での表記です。

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秒ーオススメ

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