

# 週間献立表 (ムース食)

		3月16日(月)			3月17日(火)			3月18日(水)			3月19日(木)			3月20日(金)		
朝	★全粥240g	がんと煮			★全粥240g			肉団子の甘酢煮			★全粥240g			切干大根と小松菜の煮物		
		大根と竹輪の酢の物			★味噌汁(とろみ)			卵乳麦			卵乳麦			鶏つくねとフキの煮物		
		麦			麦			麦			麦			卵乳麦		
		乳麦			麦			麦			麦			乳麦		
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	122kcal	296kcal	エネルギー	136kcal	310kcal	エネルギー	89kcal	263kcal	エネルギー	108kcal	282kcal	エネルギー	104kcal	278kcal	
	蛋白質	3.3g	7.1g	蛋白質	2.9g	6.7g	蛋白質	2.6g	6.4g	蛋白質	2.7g	6.5g	蛋白質	4.5g	8.3g	
	脂質	6.8g	7.5g	脂質	6.6g	7.3g	脂質	4.2g	4.9g	脂質	4.7g	5.4g	脂質	5.6g	6.3g	
昼	★全粥240g	とんかつ			★全粥240g			白身の味噌煮			★全粥240g			鶏の照焼		
		卵乳麦			★味噌汁(とろみ)			乳麦			乳麦			赤魚の味噌煮		
		麦			麦			麦			麦			乳麦		
		乳麦			麦			麦			麦			乳麦		
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	227kcal	401kcal	エネルギー	187kcal	361kcal	エネルギー	205kcal	379kcal	エネルギー	169kcal	343kcal	エネルギー	202kcal	376kcal	
	蛋白質	5.5g	9.3g	蛋白質	10.5g	14.3g	蛋白質	8.4g	12.2g	蛋白質	7.7g	11.5g	蛋白質	7.4g	11.2g	
	脂質	13.8g	14.5g	脂質	7.4g	8.1g	脂質	8.4g	9.1g	脂質	7.1g	7.8g	脂質	10.4g	11.1g	
夕	★全粥240g	鮭の西京焼			★全粥240g			鶏肉のデミソース煮			★全粥240g			白身の竜田揚げ		
		乳麦			★味噌汁(とろみ)			乳麦			乳麦			乳麦		
		麦			麦			麦			麦			麦		
		麦			麦			麦			麦			麦		
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	188kcal	362kcal	エネルギー	173kcal	347kcal	エネルギー	227kcal	401kcal	エネルギー	160kcal	334kcal	エネルギー	206kcal	380kcal	
	蛋白質	7.8g	11.6g	蛋白質	6.7g	10.5g	蛋白質	7.1g	10.9g	蛋白質	6.5g	10.3g	蛋白質	4.9g	8.7g	
	脂質	7.5g	8.2g	脂質	9.5g	10.2g	脂質	11.8g	12.5g	脂質	7.4g	8.1g	脂質	12.6g	13.3g	
合計	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	537kcal	1059kcal	エネルギー	496kcal	1018kcal	エネルギー	521kcal	1043kcal	エネルギー	437kcal	959kcal	エネルギー	512kcal	1034kcal	
	蛋白質	16.6g	28.0g	蛋白質	20.1g	31.5g	蛋白質	18.1g	29.5g	蛋白質	16.9g	28.3g	蛋白質	16.8g	28.2g	
	脂質	28.1g	30.2g	脂質	23.5g	25.6g	脂質	24.4g	26.5g	脂質	19.2g	21.3g	脂質	28.6g	30.7g	

## 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

※★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があります。※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。