

「ムース食」 週間献立表

		11月17日(月)		11月18日(火)		11月19日(水)		11月20日(木)		11月21日(金)	
朝	食	★全粥240g 大根の千切煮 若芽の酢味噌和え ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g 白菜と麩の玉子とじ 昆布の佃煮 ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g 牛肉と根菜の煮物 メンマの中華和え ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g 温泉玉子 ふきの煮物 ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g 五色煮豆 大根とひじきの煮物 ★味噌汁(とろみ)	
		乳麦 乳麦 麦		卵乳麦 麦 麦		乳麦 乳麦か 麦		卵麦 乳麦 麦		卵麦 麦 麦	
昼	食	栄養価 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量		栄養価 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量		栄養価 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量		栄養価 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量		栄養価 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	
		おかずセット 91kcal 2.9g 3.1g 14.1g 462mg 1.2g	フルセット 265kcal 6.7g 3.8g 52.5g 985mg 2.5g	おかずセット 100kcal 1.8g 5.4g 12.5g 504mg 1.3g	フルセット 274kcal 5.6g 6.1g 50.9g 1027mg 2.6g	おかずセット 137kcal 4.1g 7.9g 6.6g 15.4g 726mg 1.8g	フルセット 311kcal 7.9g 7.3g 53.8g 1249mg 3.2g	おかずセット 119kcal 4.6g 8.4g 6.3g 10.7g 612mg 1.6g	フルセット 293kcal 8.4g 7.0g 49.1g 1135mg 2.9g	おかずセット 118kcal 3.4g 5.2g 15.6g 574mg 1.5g	フルセット 292kcal 7.2g 5.9g 54.0g 1097mg 2.8g
夕	食	★全粥240g 鶏肉のデミソース煮 竹輪の五色きんぴら ハムとブロッコリーのマリネ ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g 白身の竜田揚げ 肉団子の甘酢煮 菜の花の辛子和え ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g 鶏の照焼 金時豆の煮物 若竹煮 ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g 白身のおろし煮 昆布煮豆 ベーコンのごま酢和え ★味噌汁(とろみ)		★全粥240g クリームコロッケ きのこの玉子とじ 鶏肉のすき焼き煮 ★味噌汁(とろみ)	
		乳麦 乳麦 卵乳麦 麦		乳麦 卵乳麦 乳麦 麦		乳麦 乳麦 麦 麦		乳麦 乳麦 卵乳麦 麦		乳麦か 卵乳麦 麦 麦	
合	計	栄養価 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量		栄養価 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量		栄養価 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量		栄養価 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量		栄養価 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	
		おかずセット 187kcal 6.9g 9.9g 16.4g 855mg 2.2g	フルセット 361kcal 10.7g 10.6g 54.8g 1378mg 3.5g	おかずセット 224kcal 8.7g 11.2g 21.6g 882mg 2.2g	フルセット 398kcal 12.5g 11.9g 60.0g 1405mg 3.6g	おかずセット 172kcal 9.4g 6.4g 21.2g 711mg 1.8g	フルセット 346kcal 13.2g 7.1g 59.6g 1234mg 3.1g	おかずセット 205kcal 12.0g 9.2g 19.0g 942mg 2.4g	フルセット 379kcal 15.8g 9.9g 57.4g 1465mg 3.7g	おかずセット 179kcal 7.0g 9.0g 17.4g 695mg 1.8g	フルセット 353kcal 10.8g 9.7g 55.8g 1218mg 3.1g

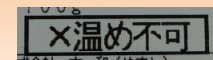
ムース食は消費者庁許可の特別用途食品(えん下困難者用食品)ではありません。
嚥下食などの食事療法として利用される場合は事前に医師にご相談ください。

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