

「ムース食」 週間献立表

	7月6日(月)			7月7日(火)			7月8日(水)			7月9日(木)			7月10日(金)		
朝 食	★全粥240g 大根の千切煮 乳麦 若芽の酢味噌和え 乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦			★全粥240g 白菜と麩の玉子とじ 卵乳麦 昆布の佃煮 麦 ★味噌汁(とろみ) 麦			★全粥240g 牛肉と根菜の煮物 乳麦 メンマの中華和え 乳麦か ★味噌汁(とろみ) 麦			★全粥240g 温泉玉子 卵麦 ふきの煮物 乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦			★全粥240g 五色煮豆 卵麦 大根とひじきの煮物 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
昼 食	★全粥240g 鮭の西京焼 乳麦 ひじきとベーコンの煮物 卵乳麦 もやしサラダ 卵乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦			★全粥240g 豚肉の生姜焼 乳麦 大豆大根煮 卵乳麦 法蓮草と油揚げの煮物 麦 ★味噌汁(とろみ) 麦			★全粥240g 赤魚の味噌煮 乳麦 ひじきと高野豆腐の煮物 乳麦 切干大根とベーコンの煮物 卵乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦			★全粥240g 鶏肉のカレー風味焼き 乳麦 大根煮 乳麦 菜の花のおひたし 乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦			★全粥240g 鮭の照焼 麦 ブロッコリーの煮物 乳麦 南瓜とハムのサラダ 卵乳麦 ★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
夕 食	★全粥240g 鶏肉のデミソース煮 乳麦 竹輪の五色きんぴら 乳麦 ハムとブロッコリーのマリネ 卵乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦			★全粥240g 白身の竜田揚げ 乳麦 肉団子の甘酢煮 卵乳麦 菜の花の辛子和え 乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦			★全粥240g 鶏の照焼 乳麦 金時豆の煮物 乳麦 若竹煮 麦 ★味噌汁(とろみ) 麦			★全粥240g 白身のおろし煮 乳麦 昆布煮豆 乳麦 ベーコンのごま酢和え 卵乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦			★全粥240g クリームコロッケ 乳麦か きのこの玉子とじ 卵乳麦 ★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
合 計	★全粥240g 大根の千切煮 乳麦 若芽の酢味噌和え 乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦			★全粥240g 白菜と麩の玉子とじ 卵乳麦 昆布の佃煮 麦 ★味噌汁(とろみ) 麦			★全粥240g 牛肉と根菜の煮物 乳麦 メンマの中華和え 乳麦か ★味噌汁(とろみ) 麦			★全粥240g 温泉玉子 卵麦 ふきの煮物 乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦			★全粥240g 五色煮豆 卵麦 大根とひじきの煮物 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	91kcal	268kcal	91kcal	100kcal	277kcal	137kcal	314kcal	119kcal	296kcal	118kcal	295kcal				
蛋白質	2.9g	6.6g	1.8g	5.5g	4.1g	7.8g	4.6g	8.3g	3.4g	7.1g					
脂質	3.1g	3.8g	5.4g	6.1g	6.6g	7.3g	6.3g	7.0g	5.2g	5.9g					
炭水化物	14.1g	52.2g	12.5g	50.6g	15.4g	53.5g	10.7g	48.8g	15.6g	53.7g					
ナトリウム	462mg	984mg	504mg	1026mg	726mg	1248mg	612mg	1134mg	574mg	1096mg					
食塩相当量	1.2g	2.5g	1.3g	2.6g	1.8g	3.2g	1.6g	2.9g	1.5g	2.8g					
エネルギー	207kcal	384kcal	156kcal	333kcal	162kcal	339kcal	154kcal	331kcal	208kcal	385kcal					
蛋白質	8.6g	12.3g	6.9g	10.6g	9.2g	12.9g	5.8g	9.5g	10.2g	13.9g					
脂質	9.5g	10.2g	7.0g	7.7g	6.8g	7.5g	6.5g	7.2g	10.8g	11.5g					
炭水化物	20.8g	58.9g	17.4g	55.5g	15.5g	53.6g	17.4g	55.5g	18.1g	56.2g					
ナトリウム	967mg	1489mg	760mg	1282mg	870mg	1392mg	811mg	1333mg	840mg	1362mg					
食塩相当量	2.5g	3.8g	1.9g	3.3g	2.2g	3.5g	2.1g	3.4g	2.1g	3.5g					
エネルギー	188kcal	365kcal	224kcal	401kcal	172kcal	349kcal	205kcal	382kcal	179kcal	356kcal					
蛋白質	6.9g	10.6g	8.7g	12.4g	9.4g	13.1g	12.0g	15.7g	7.0g	10.7g					
脂質	9.9g	10.6g	11.2g	11.9g	6.4g	7.1g	9.2g	9.9g	9.0g	9.7g					
炭水化物	16.5g	54.6g	21.6g	59.7g	21.2g	59.3g	19.0g	57.1g	17.4g	55.5g					
ナトリウム	855mg	1377mg	882mg	1404mg	711mg	1233mg	942mg	1464mg	695mg	1217mg					
食塩相当量	2.2g	3.5g	2.2g	3.6g	1.8g	3.1g	2.4g	3.7g	1.8g	3.1g					
エネルギー	486kcal	1017kcal	480kcal	1011kcal	471kcal	1002kcal	478kcal	1009kcal	505kcal	1036kcal					
蛋白質	18.4g	29.5g	17.4g	28.5g	22.7g	33.8g	22.4g	33.5g	20.6g	31.7g					
脂質	22.5g	24.6g	23.6g	25.7g	19.8g	21.9g	22.0g	24.1g	25.0g	27.1g					
炭水化物	51.4g	165.7g	51.5g	165.8g	52.1g	166.4g	47.1g	161.4g	51.1g	165.4g					
ナトリウム	2284mg	3850mg	2146mg	3712mg	2307mg	3873mg	2365mg	3931mg	2109mg	3675mg					
食塩相当量	5.9g	9.8g	5.4g	9.5g	5.8g	9.8g	6.1g	10.0g	5.4g	9.4g					

★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。

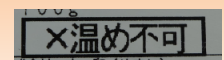
ムース食は消費者庁許可の特別用途食品(えん下困難者用食品)ではありません。
嚥下食などの食事療法として利用される場合は事前に医師にご相談ください。

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。



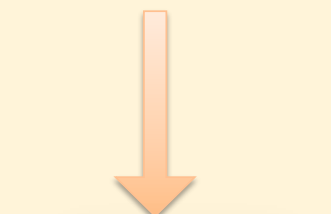
次にフタをして**15分程**温めます。追加で**火はかけません**。

- (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