

「ムース食」 週間献立表

		9月7日(月)		9月8日(火)		9月9日(水)		9月10日(木)		9月11日(金)	
朝	食	★全粥240g 豚すき 乳麦 若芽とパインの酢の物 麦 ★味噌汁(とろみ) 麦		★全粥240g はんぺんの玉子とじ 卵乳麦 赤玉南瓜の煮物 麦 ★味噌汁(とろみ) 麦		★全粥240g 肉団子のソース炒め 卵乳麦 ゴボウのピリ辛サラダ 卵乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦		★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	
		栄養価 エネルギー 90kcal たんぱく質 2.1g 脂質 3.1g 炭水化物 13.9g ナトリウム 532mg 食塩相当量 1.4g	おかずセット フルセット フルセット フルセット フルセット フルセット	栄養価 エネルギー 122kcal たんぱく質 3.6g 脂質 4.5g 炭水化物 16.8g ナトリウム 453mg 食塩相当量 1.2g	おかずセット フルセット フルセット フルセット フルセット フルセット	栄養価 エネルギー 132kcal たんぱく質 3.9g 脂質 6.9g 炭水化物 13.3g ナトリウム 602mg 食塩相当量 1.5g	おかずセット フルセット フルセット フルセット フルセット フルセット	栄養価 エネルギー 91kcal たんぱく質 2.9g 脂質 3.1g 炭水化物 14.1g ナトリウム 462mg 食塩相当量 1.2g	おかずセット フルセット フルセット フルセット フルセット フルセット	栄養価 エネルギー 100kcal たんぱく質 1.8g 脂質 5.4g 炭水化物 12.5g ナトリウム 504mg 食塩相当量 1.3g	おかずセット フルセット フルセット フルセット フルセット フルセット
昼	食	★全粥240g スパイシーチキン 乳麦 黒豆煮 乳麦 法蓮草とハムのマリネ 卵乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦		★全粥240g 白身の味噌煮 乳麦 がんも煮 麦 野菜の三杯酢 麦 ★味噌汁(とろみ) 麦		★全粥240g とんかつ 卵乳麦 鶏大根の味噌煮 乳麦 きのこきんぴら 乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦		★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	
		栄養価 エネルギー 211kcal たんぱく質 8.8g 脂質 11.5g 炭水化物 18.0g ナトリウム 748mg 食塩相当量 1.9g	おかずセット フルセット フルセット フルセット フルセット フルセット	栄養価 エネルギー 184kcal たんぱく質 8.9g 脂質 8.4g 炭水化物 17.9g ナトリウム 825mg 食塩相当量 2.1g	おかずセット フルセット フルセット フルセット フルセット フルセット	栄養価 エネルギー 203kcal たんぱく質 5.6g 脂質 10.6g 炭水化物 21.5g ナトリウム 846mg 食塩相当量 2.2g	おかずセット フルセット フルセット フルセット フルセット フルセット	栄養価 エネルギー 207kcal たんぱく質 8.6g 脂質 9.5g 炭水化物 20.8g ナトリウム 967mg 食塩相当量 2.5g	おかずセット フルセット フルセット フルセット フルセット フルセット	栄養価 エネルギー 156kcal たんぱく質 6.9g 脂質 7.0g 炭水化物 17.4g ナトリウム 760mg 食塩相当量 1.9g	おかずセット フルセット フルセット フルセット フルセット フルセット
夕	食	★全粥240g 白身の照焼き 乳麦 大根とベーコンの煮物 卵乳麦 切昆布と竹の子の煮物 乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦		★全粥240g 鶏の幽庵焼き 乳麦 豚肉と大根の煮物 麦 法蓮草のおひたし 乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦		★全粥240g 白身魚しんじょう 卵乳麦 油揚げと菜の花の煮物 麦 若芽のゴマ酢和え 麦 ★味噌汁(とろみ) 麦		★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	
		栄養価 エネルギー 141kcal たんぱく質 6.5g 脂質 5.7g 炭水化物 16.7g ナトリウム 808mg 食塩相当量 2.1g	おかずセット フルセット フルセット フルセット フルセット フルセット	栄養価 エネルギー 180kcal たんぱく質 7.6g 脂質 7.8g 炭水化物 18.5g ナトリウム 839mg 食塩相当量 2.1g	おかずセット フルセット フルセット フルセット フルセット フルセット	栄養価 エネルギー 196kcal たんぱく質 4.7g 脂質 10.2g 炭水化物 20.5g ナトリウム 768mg 食塩相当量 2.0g	おかずセット フルセット フルセット フルセット フルセット フルセット	栄養価 エネルギー 188kcal たんぱく質 6.9g 脂質 9.9g 炭水化物 16.5g ナトリウム 855mg 食塩相当量 2.2g	おかずセット フルセット フルセット フルセット フルセット フルセット	栄養価 エネルギー 224kcal たんぱく質 8.7g 脂質 11.2g 炭水化物 21.6g ナトリウム 882mg 食塩相当量 2.2g	おかずセット フルセット フルセット フルセット フルセット フルセット
合	計	★全粥240g スパイシーチキン 乳麦 黒豆煮 乳麦 法蓮草とハムのマリネ 卵乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦		★全粥240g 白身の味噌煮 乳麦 がんも煮 麦 野菜の三杯酢 麦 ★味噌汁(とろみ) 麦		★全粥240g とんかつ 卵乳麦 鶏大根の味噌煮 乳麦 きのこきんぴら 乳麦 ★味噌汁(とろみ) 麦		★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	
		栄養価 エネルギー 442kcal たんぱく質 17.4g 脂質 20.3g 炭水化物 48.6g ナトリウム 2088mg 食塩相当量 5.4g	おかずセット フルセット フルセット フルセット フルセット フルセット	栄養価 エネルギー 486kcal たんぱく質 20.1g 脂質 20.7g 炭水化物 53.2g ナトリウム 2117mg 食塩相当量 5.4g	おかずセット フルセット フルセット フルセット フルセット フルセット	栄養価 エネルギー 531kcal たんぱく質 14.2g 脂質 27.7g 炭水化物 55.3g ナトリウム 2216mg 食塩相当量 5.7g	おかずセット フルセット フルセット フルセット フルセット フルセット	栄養価 エネルギー 486kcal たんぱく質 18.4g 脂質 22.5g 炭水化物 51.4g ナトリウム 2284mg 食塩相当量 5.9g	おかずセット フルセット フルセット フルセット フルセット フルセット	栄養価 エネルギー 480kcal たんぱく質 17.4g 脂質 23.6g 炭水化物 51.5g ナトリウム 2146mg 食塩相当量 5.4g	おかずセット フルセット フルセット フルセット フルセット フルセット

★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。



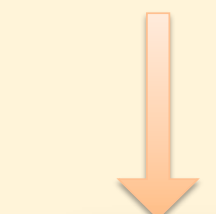
次にフタをして**15分程**温めます。追加で**火はかけません**。

- (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