

5食	都度購入 3,730円	定期継続購入 3,730円
7食	5,080円	4,900円
14食	10,080円	9,780円

日	月	火	水	木	金	土		
<b>1</b> 豚の味噌焼き ●栄養価 工:322kcal 蛋:14.4g 脂:16.8g 炭:28.9g 塩:1.4g ●献立 豚の味噌焼き ひじきのおろし和え 里芋のいとこ煮 ●小麦・卵・乳	<b>2</b> 鶏肉の卵とじ ●栄養価 工:337kcal 蛋:14.4g 脂:19.8g 炭:26.2g 塩:1.2g ●献立 鶏肉の卵とじ コールスロー れんこんの酢の物 ●小麦・卵・乳	<b>3</b> いかの甘酢あん ●栄養価 工:285kcal 蛋:14.1g 脂:13.0g 炭:29.6g 塩:1.5g ●献立 いかの甘酢あん キャベツの味噌炒め いんげんの卵とじ ●小麦・卵・乳	<b>4</b> 牛肉のオイスター炒め ●栄養価 工:331kcal 蛋:13.9g 脂:17.9g 炭:29.6g 塩:1.5g ●献立 牛肉のオイスター炒め いんげんのごまサラダ にんじんの酢の物 ●小麦・卵・乳	<b>5</b> 鮭のちゃんちゃん焼き ●栄養価 工:294kcal 蛋:13.4g 脂:13.9g 炭:29.7g 塩:1.6g ●献立 鮭のちゃんちゃん焼き れんこんの梅和え 大根のコンソメ煮 ●小麦・卵・乳	<b>6</b> ポークカレー ●栄養価 工:338kcal 蛋:12.3g 脂:18.2g 炭:32.2g 塩:1.4g ●献立 ポークカレー 大根の酢の物 いんげんのオーロラサラダ ●小麦・卵・乳	<b>7</b> 鶏の照焼き ●栄養価 工:317kcal 蛋:14.2g 脂:16.3g 炭:28.5g 塩:1.3g ●献立 鶏の照焼き にんじんの卵とじ 大根のサラダ ●小麦・卵・乳		
<b>8</b> さばの味噌煮 ●栄養価 工:310kcal 蛋:14.0g 脂:14.7g 炭:31.2g 塩:1.3g ●献立 さばの味噌煮 いんげんの和風サラダ さつまいものハチミツがけ ●小麦・卵・乳	<b>9</b> ビーフシチュー ●栄養価 工:340kcal 蛋:12.3g 脂:19.3g 炭:30.5g 塩:1.3g ●献立 ビーフシチュー キャベツサラダ 大根の梅和え ●小麦・卵・乳	<b>10</b> 赤魚のおろし煮 ●栄養価 工:280kcal 蛋:13.9g 脂:12.6g 炭:28.5g 塩:1.5g ●献立 赤魚のおろし煮 キャベツの柚子味噌和え 大根のごまサラダ ●小麦・卵・乳	<b>11</b> ホイコーロー ●栄養価 工:325kcal 蛋:14.2g 脂:16.5g 炭:31.2g 塩:1.3g ●献立 ホイコーロー 小松菜と椎茸の塩炒め さつまいものレモン煮 ●小麦・卵・乳	<b>12</b> 鶏肉の中華炒め ●栄養価 工:323kcal 蛋:13.7g 脂:16.7g 炭:31.0g 塩:1.2g ●献立 鶏肉の中華炒め 野菜の甘酢あん さつまいものオレンジ煮 ●小麦・卵・乳	<b>13</b> 白身魚のトマトソース ●栄養価 工:290kcal 蛋:13.7g 脂:15.0g 炭:26.4g 塩:1.3g ●献立 白身魚のトマトソース ポテトサラダ キャベツの酢の物 ●小麦・卵・乳	<b>14</b> すき焼き ●栄養価 工:317kcal 蛋:13.9g 脂:16.2g 炭:33.3g 塩:1.4g ●献立 すき焼き きんぴらごぼう かぼちゃのオレンジ煮 ●小麦・卵・乳		
<b>15</b> 豚の生姜焼き ●栄養価 工:328kcal 蛋:14.0g 脂:16.5g 炭:31.5g 塩:1.5g ●献立 豚の生姜焼き 小松菜の柚庵がけ かぼちゃのコンソメ煮 ●小麦・卵・乳	<b>16</b> 鮭のクリーム煮 ●栄養価 工:281kcal 蛋:13.5g 脂:13.5g 炭:27.2g 塩:1.0g ●献立 鮭のクリーム煮 大根のサラダ さつまいもの黒蜜がけ ●小麦・卵・乳	<b>17</b> チキンのトマト煮 ●栄養価 工:312kcal 蛋:14.1g 脂:17.9g 炭:25.4g 塩:1.1g ●献立 チキンのトマト煮 小松菜のごま和え キャベツのコンソメ煮 ●小麦・卵・乳	<b>18</b> さわらの柚子味噌焼き ●栄養価 工:288kcal 蛋:13.8g 脂:13.8g 炭:28.0g 塩:1.4g ●献立 さわらの柚子味噌焼き れんこんのカレー炒め いんげんのおろし和え ●小麦・卵・乳	<b>19</b> 八宝菜 ●栄養価 工:330kcal 蛋:13.7g 脂:17.5g 炭:31.0g 塩:1.3g ●献立 八宝菜 いんげんのオイスター炒め かぼちゃのレモン煮 ●小麦・卵・乳	<b>20</b> ハンバーグ和風おろし ●栄養価 工:307kcal 蛋:14.1g 脂:16.3g 炭:26.9g 塩:1.4g ●献立 ハンバーグ和風おろし 野菜のトマト煮 ごぼうのごまサラダ ●小麦・卵・乳	<b>21</b> ぶりの照焼き ●栄養価 工:287kcal 蛋:13.7g 脂:12.7g 炭:29.5g 塩:1.4g ●献立 ぶりの照焼き じゃがいもの生姜あん 小松菜のオーロラソース ●小麦・卵・乳		
<b>22</b> 豚の味噌焼き ●栄養価 工:322kcal 蛋:14.4g 脂:16.8g 炭:28.9g 塩:1.4g ●献立 豚の味噌焼き ひじきのおろし和え 里芋のいとこ煮 ●小麦・卵・乳	<b>23</b> 鶏肉の卵とじ ●栄養価 工:337kcal 蛋:14.4g 脂:19.8g 炭:26.2g 塩:1.2g ●献立 鶏肉の卵とじ コールスロー れんこんの酢の物 ●小麦・卵・乳	<b>24</b> いかの甘酢あん ●栄養価 工:285kcal 蛋:14.1g 脂:13.0g 炭:29.6g 塩:1.5g ●献立 いかの甘酢あん キャベツの味噌炒め いんげんの卵とじ ●小麦・卵・乳	<b>25</b> 牛肉のオイスター炒め ●栄養価 工:331kcal 蛋:13.9g 脂:17.9g 炭:29.6g 塩:1.5g ●献立 牛肉のオイスター炒め いんげんのごまサラダ にんじんの酢の物 ●小麦・卵・乳	<b>26</b> 鮭のちゃんちゃん焼き ●栄養価 工:294kcal 蛋:13.4g 脂:13.9g 炭:29.7g 塩:1.6g ●献立 鮭のちゃんちゃん焼き れんこんの梅和え 大根のコンソメ煮 ●小麦・卵・乳	<b>27</b> ポークカレー ●栄養価 工:338kcal 蛋:12.3g 脂:18.2g 炭:32.2g 塩:1.4g ●献立 ポークカレー 大根の酢の物 いんげんのオーロラサラダ ●小麦・卵・乳	<b>28</b> 鶏の照焼き ●栄養価 工:317kcal 蛋:14.2g 脂:16.3g 炭:28.5g 塩:1.3g ●献立 鶏の照焼き にんじんの卵とじ 大根のサラダ ●小麦・卵・乳		
<b>29</b> さばの味噌煮 ●栄養価 工:310kcal 蛋:14.0g 脂:14.7g 炭:31.2g 塩:1.3g ●献立 さばの味噌煮 いんげんの和風サラダ さつまいものハチミツがけ ●小麦・卵・乳	<b>30</b> ビーフシチュー ●栄養価 工:340kcal 蛋:12.3g 脂:19.3g 炭:30.5g 塩:1.3g ●献立 ビーフシチュー キャベツサラダ 大根の梅和え ●小麦・卵・乳	<b>31</b> 赤魚のおろし煮 ●栄養価 工:280kcal 蛋:13.9g 脂:12.6g 炭:28.5g 塩:1.5g ●献立 赤魚のおろし煮 キャベツの柚子味噌和え 大根のごまサラダ ●小麦・卵・乳	<p>噛んだり飲み込んだりしにくい方にも食事の幸せを味わっていただけるよう、 素材の味わい、香り、彩りそのままの、ムース仕立てのお食事です。 日本介護食品協議会ユニバーサルデザインフードの区分 「舌でつぶせる」を取得しています。 やわらかいけれどべたつかず、まとまりやすいムース仕立て。 お箸でつまんで、スプーンでつぶしてペースト状にする等 ご利用される方の状態に合わせてご使用いただけます。 ※飲み込みやすさの基準となる「硬さ」「附着性」「凝固性」に配慮し、 数値管理のもと製造されている素材を使用しています。</p>					

### おいしいお召し上がり方

①冷凍庫から取り出し、  
袋の端を切る



②レンジでチン！

※電子レンジ使用時間は目安です。  
機種・使用年数などにより  
異なる場合がございます。



③出来上がり！！

お皿に移し替えてお召し上がりください。



### ※ソフト御膳(ムース食)ご利用上の注意

- ・スプーンでつぶしながら食べる等の処置が必要な場合がございます。
- ・飲み込み力や噛む力が弱い方がお召し上がりになる場合は、医師、栄養士、言語聴覚士などの専門家へご相談ください。
- ・お召し上がりになる際、のどに詰まらせたり、むせない様に十分ご注意ください。

●栄養価について  
工:エネルギー、蛋:たんぱく質、脂:脂質、炭:炭水化物、塩:食塩相当量です。  
●アレルギーについて  
アレルギーは特定原材料のみ記載しております。

※注文チェック欄について  
注文した日にチェックを入れると注文を忘れず、便利です。  
※背景がピンク色の日は弊社休業日です。  
※お届け商品は予告なく変更になる場合がございます。ご了承ください。