

「ムース食」 週間献立表

		2月10日(月)			2月11日(火)			2月12日(水)			2月13日(木)			2月14日(金)				
朝 食	★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g			
	五目豆腐煮	乳麦	鶏団子の中華風	卵乳麦か	五色煮	乳麦	がんと煮	麦	肉団子の甘酢煮	卵乳麦	肉団子の甘酢煮	卵乳麦	肉団子の甘酢煮	卵乳麦	肉団子の甘酢煮	卵乳麦		
	野菜の三杯酢	麦	一夜漬	乳麦	若芽のゴマ酢和え	麦	大根と竹輪の酢の物	乳麦	昆布の佃煮	麦	昆布の佃煮	麦	昆布の佃煮	麦	昆布の佃煮	麦		
	★味噌汁(とろみ)	麦	★味噌汁(とろみ)	麦	★味噌汁(とろみ)	麦	★味噌汁(とろみ)	麦	★味噌汁(とろみ)	麦	★味噌汁(とろみ)	麦	★味噌汁(とろみ)	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	栄養価	おかずセット	フルセット
	エネルギー	99kcal	273kcal	エネルギー	76kcal	250kcal	エネルギー	92kcal	266kcal	エネルギー	122kcal	296kcal	エネルギー	137kcal	311kcal	エネルギー	137kcal	311kcal
	蛋白質	2.1g	5.9g	蛋白質	2.9g	6.7g	蛋白質	1.5g	5.3g	蛋白質	3.3g	7.1g	蛋白質	2.9g	6.7g	蛋白質	2.9g	6.7g
脂質	4.3g	5.0g	脂質	2.8g	3.5g	脂質	3.9g	4.6g	脂質	6.8g	7.5g	脂質	6.6g	7.3g	脂質	6.6g	7.3g	
炭水化物	13.6g	52.0g	炭水化物	10.3g	48.7g	炭水化物	12.1g	50.5g	炭水化物	11.3g	49.7g	炭水化物	17.5g	55.9g	炭水化物	17.5g	55.9g	
ナトリウム	575mg	1098mg	ナトリウム	547mg	1070mg	ナトリウム	515mg	1038mg	ナトリウム	474mg	997mg	ナトリウム	564mg	1087mg	ナトリウム	564mg	1087mg	
食塩相当量	1.5g	2.8g	食塩相当量	1.4g	2.7g	食塩相当量	1.3g	2.6g	食塩相当量	1.2g	2.5g	食塩相当量	1.4g	2.8g	食塩相当量	1.4g	2.8g	
昼 食	★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g			
	鶏肉のイタリアンソース煮	乳麦	鮭のおろし煮	麦	スパイシーチキン	乳麦	とんかつ	卵乳麦	白身の味噌煮	乳麦	白身の味噌煮	乳麦	白身の味噌煮	乳麦	白身の味噌煮	乳麦		
	大根と椎茸の煮物	麦	ふきの煮物	乳麦	はんぺんの玉子とじ	卵乳麦	黒豆煮	乳麦	五色煮豆	卵乳麦	五色煮豆	卵乳麦	五色煮豆	卵乳麦	五色煮豆	卵乳麦		
	青菜のおひたし	乳麦	えんどう豆とベーコン炒め	卵乳麦	大根煮	乳麦	マリネサラダ	卵乳麦	法蓮草のおひたし	乳麦	法蓮草のおひたし	乳麦	法蓮草のおひたし	乳麦	法蓮草のおひたし	乳麦		
	★味噌汁(とろみ)	麦	★味噌汁(とろみ)	麦	★味噌汁(とろみ)	麦	★味噌汁(とろみ)	麦	★味噌汁(とろみ)	麦	★味噌汁(とろみ)	麦	★味噌汁(とろみ)	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	栄養価	おかずセット	フルセット
	エネルギー	143kcal	317kcal	エネルギー	172kcal	346kcal	エネルギー	187kcal	362kcal	エネルギー	227kcal	401kcal	エネルギー	187kcal	361kcal	エネルギー	187kcal	361kcal
蛋白質	6.8g	10.6g	蛋白質	7.8g	11.6g	蛋白質	6.4g	10.4g	蛋白質	5.5g	9.3g	蛋白質	10.5g	14.3g	蛋白質	10.5g	14.3g	
脂質	6.1g	6.8g	脂質	8.1g	8.8g	脂質	9.9g	10.7g	脂質	13.8g	14.5g	脂質	7.4g	8.1g	脂質	7.4g	8.1g	
炭水化物	16.4g	54.8g	炭水化物	17.7g	56.1g	炭水化物	17.2g	55.4g	炭水化物	20.1g	58.5g	炭水化物	19.6g	58.0g	炭水化物	19.6g	58.0g	
ナトリウム	728mg	1251mg	ナトリウム	816mg	1339mg	ナトリウム	784mg	1271mg	ナトリウム	680mg	1203mg	ナトリウム	896mg	1419mg	ナトリウム	896mg	1419mg	
食塩相当量	1.9g	3.2g	食塩相当量	2.1g	3.4g	食塩相当量	2.0g	3.2g	食塩相当量	1.7g	3.1g	食塩相当量	2.3g	3.6g	食塩相当量	2.3g	3.6g	
夕 食	★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g			
	和風煮込みハンバーグ	乳麦	焼肉炒め	乳麦	白身の照焼き	乳麦	鮭の西京焼	乳麦	鶏肉のデミソース煮	乳麦	鶏肉のデミソース煮	乳麦	鶏肉のデミソース煮	乳麦	鶏肉のデミソース煮	乳麦		
	鶏肉のすき焼き煮	麦	白菜と若芽の煮物	乳麦	フロッキーと鶏肉の煮物	乳麦	油揚げと菜の花の煮物	麦	ひじき煮	乳麦	ひじき煮	乳麦	ひじき煮	乳麦	ひじき煮	乳麦		
	金時豆の煮物	乳麦	大根なます	麦	サラダスパゲティ	卵乳麦か	若芽とパインの酢の物	麦	大根とベーコンの煮物	卵乳麦	大根とベーコンの煮物	卵乳麦	大根とベーコンの煮物	卵乳麦	大根とベーコンの煮物	卵乳麦		
	★味噌汁(とろみ)	麦	★味噌汁(とろみ)	麦	★味噌汁(とろみ)	麦	★味噌汁(とろみ)	麦	★味噌汁(とろみ)	麦	★味噌汁(とろみ)	麦	★味噌汁(とろみ)	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	栄養価	おかずセット	フルセット
	エネルギー	172kcal	346kcal	エネルギー	149kcal	323kcal	エネルギー	233kcal	408kcal	エネルギー	188kcal	362kcal	エネルギー	173kcal	347kcal	エネルギー	173kcal	347kcal
蛋白質	7.8g	11.6g	蛋白質	3.2g	7.0g	蛋白質	7.4g	11.2g	蛋白質	7.8g	11.6g	蛋白質	6.7g	10.5g	蛋白質	6.7g	10.5g	
脂質	5.9g	6.6g	脂質	6.7g	7.4g	脂質	15.6g	16.3g	脂質	7.5g	8.2g	脂質	9.5g	10.2g	脂質	9.5g	10.2g	
炭水化物	21.9g	60.3g	炭水化物	19.2g	57.6g	炭水化物	15.6g	54.1g	炭水化物	22.0g	60.4g	炭水化物	15.9g	54.3g	炭水化物	15.9g	54.3g	
ナトリウム	616mg	1139mg	ナトリウム	789mg	1312mg	ナトリウム	768mg	1289mg	ナトリウム	749mg	1272mg	ナトリウム	732mg	1255mg	ナトリウム	732mg	1255mg	
食塩相当量	1.6g	2.9g	食塩相当量	2.0g	3.3g	食塩相当量	2.0g	3.3g	食塩相当量	1.9g	3.2g	食塩相当量	1.9g	3.2g	食塩相当量	1.9g	3.2g	
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	栄養価	おかずセット	フルセット
	エネルギー	414kcal	936kcal	エネルギー	397kcal	919kcal	エネルギー	512kcal	1036kcal	エネルギー	537kcal	1059kcal	エネルギー	497kcal	1019kcal	エネルギー	497kcal	1019kcal
	蛋白質	16.7g	28.1g	蛋白質	13.9g	25.3g	蛋白質	15.3g	26.9g	蛋白質	16.6g	28.0g	蛋白質	20.1g	31.5g	蛋白質	20.1g	31.5g
	脂質	16.3g	18.4g	脂質	17.6g	19.7g	脂質	29.4g	31.6g	脂質	28.1g	30.2g	脂質	23.5g	25.6g	脂質	23.5g	25.6g
	炭水化物	51.9g	167.1g	炭水化物	47.2g	162.4g	炭水化物	44.9g	160.0g	炭水化物	53.4g	168.6g	炭水化物	53.0g	168.2g	炭水化物	53.0g	168.2g
ナトリウム	1919mg	3488mg	ナトリウム	2152mg	3721mg	ナトリウム	2067mg	3598mg	ナトリウム	1903mg	3472mg	ナトリウム	2192mg	3761mg	ナトリウム	2192mg	3761mg	
食塩相当量	5.0g	8.9g	食塩相当量	5.5g	9.4g	食塩相当量	5.3g	9.1g	食塩相当量	4.8g	8.8g	食塩相当量	5.6g	9.6g	食塩相当量	5.6g	9.6g	

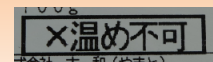
★はフルセットのメニューです。おかずセットには付きません。ムース食は消費者庁許可の特別用途食品(えん下困難者用食品)ではありません。天候や仕入れの都合により、予告無しで献立を一部変更する場合があります。嚥下食などの食事療法として利用される場合は事前に医師にご相談ください。

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