

# 「ムース食」 週間献立表

		4月7日(月)		4月8日(火)		4月9日(水)		4月10日(木)		4月11日(金)		
朝	★全粥240g	切干大根と小松菜の煮物 麦		★全粥240g		プロックローと鶏肉の煮物 乳麦		★全粥240g		えんどう豆とベーコン炒め 卵乳麦		
	ひじき煮	乳麦		ゴボウのピリ辛サラダ		卵乳麦		肉団子の甘酢煮		卵乳麦		
	★味噌汁(とろみ)	麦		★味噌汁(とろみ)		麦		★味噌汁(とろみ)		麦		
食	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	76kcal	250kcal	エネルギー	123kcal	297kcal	エネルギー	87kcal	261kcal	エネルギー	105kcal	279kcal
	たんぱく質	0.7g	4.5g	たんぱく質	3.9g	7.7g	たんぱく質	2.6g	6.4g	たんぱく質	2.6g	6.4g
	脂質	3.8g	4.5g	脂質	7.2g	7.9g	脂質	3.3g	4.0g	脂質	4.8g	5.5g
	炭水化物	10.8g	49.2g	炭水化物	9.9g	48.3g	炭水化物	12.6g	51.0g	炭水化物	13.3g	51.7g
	ナトリウム	425mg	948mg	ナトリウム	504mg	1027mg	ナトリウム	561mg	1084mg	ナトリウム	584mg	1107mg
	食塩相当量	1.1g	2.4g	食塩相当量	1.3g	2.6g	食塩相当量	1.4g	2.8g	食塩相当量	1.5g	2.8g
昼	★全粥240g	和風煮込みハンバーグ 乳麦		★全粥240g		焼肉炒め 乳麦		★全粥240g		スパイシーチキン 乳麦		
	五色煮	乳麦		切昆布と竹の子の煮物		乳麦		大根と椎茸の煮物		麦		
	★味噌汁(とろみ)	麦		★味噌汁(とろみ)		麦		★味噌汁(とろみ)		麦		
食	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	167kcal	342kcal	エネルギー	149kcal	323kcal	エネルギー	212kcal	387kcal	エネルギー	169kcal	343kcal
	たんぱく質	4.3g	8.2g	たんぱく質	3.3g	7.1g	たんぱく質	5.6g	9.8g	たんぱく質	8.9g	12.7g
	脂質	8.8g	9.5g	脂質	6.4g	7.1g	脂質	12.6g	13.4g	脂質	7.2g	7.9g
	炭水化物	16.5g	55.1g	炭水化物	19.4g	57.8g	炭水化物	19.0g	57.1g	炭水化物	17.3g	55.7g
	ナトリウム	851mg	1370mg	ナトリウム	836mg	1359mg	ナトリウム	820mg	1317mg	ナトリウム	936mg	1459mg
	食塩相当量	2.2g	3.5g	食塩相当量	2.1g	3.5g	食塩相当量	2.1g	3.3g	食塩相当量	2.4g	3.7g
夕	★全粥240g	白身の照焼き 乳麦		★全粥240g		鶏の西京焼き 乳麦		★全粥240g		鮭のおろし煮 麦		
	鶏団子の中華風	卵乳麦か		きのこきんぴら		乳麦		金時豆の煮物		乳麦		
	★味噌汁(とろみ)	麦		★味噌汁(とろみ)		麦		★味噌汁(とろみ)		麦		
食	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	146kcal	320kcal	エネルギー	161kcal	335kcal	エネルギー	193kcal	367kcal	エネルギー	282kcal	457kcal
	たんぱく質	6.7g	10.5g	たんぱく質	6.1g	9.9g	たんぱく質	9.4g	13.2g	たんぱく質	4.5g	8.3g
	脂質	5.7g	6.4g	脂質	7.0g	7.7g	脂質	7.2g	7.9g	脂質	20.1g	20.8g
	炭水化物	16.7g	55.1g	炭水化物	19.7g	58.1g	炭水化物	24.5g	62.9g	炭水化物	20.3g	58.8g
	ナトリウム	745mg	1268mg	ナトリウム	822mg	1345mg	ナトリウム	647mg	1170mg	ナトリウム	806mg	1327mg
	食塩相当量	1.9g	3.2g	食塩相当量	2.1g	3.4g	食塩相当量	1.6g	3.0g	食塩相当量	2.1g	3.4g
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
	エネルギー	389kcal	912kcal	エネルギー	433kcal	955kcal	エネルギー	492kcal	1015kcal	エネルギー	556kcal	1079kcal
	たんぱく質	11.7g	23.2g	たんぱく質	13.3g	24.7g	たんぱく質	17.6g	29.4g	たんぱく質	16.0g	27.4g
	脂質	18.3g	20.4g	脂質	20.6g	22.7g	脂質	23.1g	25.3g	脂質	32.1g	34.2g
	炭水化物	44.0g	159.4g	炭水化物	49.0g	164.2g	炭水化物	56.1g	171.0g	炭水化物	50.9g	166.2g
ナトリウム	2021mg	3586mg	ナトリウム	2162mg	3731mg	ナトリウム	2028mg	3571mg	ナトリウム	2326mg	3893mg	
食塩相当量	5.2g	9.1g	食塩相当量	5.5g	9.5g	食塩相当量	5.1g	9.1g	食塩相当量	6.0g	9.9g	

★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。

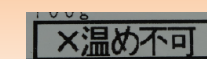
ムース食は消費者庁許可の特別用途食品(えん下困難者用食品)ではありません。嚥下食などの食事療法として利用される場合は事前に医師にご相談ください。

## 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