メディカル1200 低カロリーメニュー

中国加工品は使用しておりません

●1日のカロリー摂取量1200kcalを基準にしてメニューを作成しておりますので、ご飯やデザートの量を増やすことで1400・1600kcalに調整することができます。糖尿病、高血圧、肥満等の生活習慣病の食事療法にご利用ください。

タンパク40 低タンパクメニュー

鮮やかな彩りと飽きのこない味付けで、目も舌も満足頂ける商品です。食材は食べやすい大きさにカットしています。

このパックでお届けします。 レンジで約5分

■フィルムを剥がさずレンジにかけられ、ムラなく温まる特殊容器を採用。食材本来の味を再現することができます。

表示事項（1日あたり）エネルギー1600kcal　たんぱく質40g　塩分6g未満

※エネルギー・たんぱく質共、毎食ご飯150gと朝食分基準値を含む値です。 ※1日の合計で基準値の+5%以内におさまっています。

当日夕食 メディカル夕食 845円/1食

8月31日（月）
えびフライ・えのきポン酢
スナップエンドウのソース炒め
切干大根炒め
〈使用特定原材料〉 乳・小麦・卵・エビ

熱量kcal	たん白質g	脂質g	炭水化物g
245	10.6	11.3	26.9
塩分g	ナトリウムmg	コレステロールmg	
2.3	697	6	

9月1日（火）
鮭のおろし煮
菜の花のお浸し・根菜煮
かぼちゃグラタン
〈使用特定原材料〉 乳・小麦・卵・エビ

熱量kcal	たん白質g	脂質g	炭水化物g
215	18.8	4.1	25.4
塩分g	ナトリウムmg	コレステロールmg	
1.9	726	38	

9月2日（水）
タンドリーチキン・ほうれん草ソテー
イカとわかめのコンソメ煮
インゲンベーコンマヨ和え
〈使用特定原材料〉 乳・小麦

熱量kcal	たん白質g	脂質g	炭水化物g
252	16.4	15.4	12.9
塩分g	ナトリウムmg	コレステロールmg	
2.1	693	112	

9月3日（木）
タラの中華蒸し
きのこ海苔和え・ぜんまい煮
揚げたこ
〈使用特定原材料〉 乳・小麦・卵

熱量kcal	たん白質g	脂質g	炭水化物g
201	17.1	13.2	13.8
塩分g	ナトリウムmg	コレステロールmg	
1.7	557	35	

9月4日（金）
とんかつ
人参おかか和え・えび団子の煮物
だし巻き卵
〈使用特定原材料〉 乳・小麦・卵・エビ

熱量kcal	たん白質g	脂質g	炭水化物g
245	14.9	7.7	27.4
塩分g	ナトリウムmg	コレステロールmg	
2	666	88	

9月5日（土）
イワシの煮付け
ツナサラダ・ごぼう煮
じゃがいも黒胡椒炒め
〈使用特定原材料〉 乳・小麦

熱量kcal	たん白質g	脂質g	炭水化物g
257	15.3	8.9	27.9
塩分g	ナトリウムmg	コレステロールmg	
1.8	652	35	

9月6日（日）
和風ハンバーグ
にんじんグラッセ・チンゲン菜中華浸し
カリフラワーのレモン塩
〈使用特定原材料〉 乳・小麦・卵

熱量kcal	たん白質g	脂質g	炭水化物g
258	12.4	10	29.8
塩分g	ナトリウムmg	コレステロールmg	
1.9	826	4	

やわらか食 3品コース メディカル昼食 810円/1食

8月31日（月）
おでん
かぼちゃのずんだソース
しらす入り卵蒸し
〈使用特定原材料〉 卵・乳・小麦

熱量kcal	たん白質g	脂質g	炭水化物g
194	9.3	9	18.2
塩分g	ナトリウムmg	カリウムmg	リンmg
1.2	457	258	103

9月1日（火）
コロッケカレー
ブロッコリーの卵あんかけ
ポテトサラダ
〈使用特定原材料〉 卵・乳・小麦

熱量kcal	たん白質g	脂質g	炭水化物g
276	12.5	14.8	23.7
塩分g	ナトリウムmg	カリウムmg	リンmg
1.7	681	306	80

9月2日（水）
白身魚の天ぷら
かぼちゃのごま和え
ひじきの煮物
〈使用特定原材料〉 乳・小麦

熱量kcal	たん白質g	脂質g	炭水化物g
243	8.5	13.7	20.7
塩分g	ナトリウムmg	カリウムmg	リンmg
1.4	547	406	86

9月3日（木）
豚肉の生姜焼き
ほうれん草のツナ和え
さつま芋のレモン煮
〈使用特定原材料〉 乳・小麦

熱量kcal	たん白質g	脂質g	炭水化物g
211	9.7	10.1	20.1
塩分g	ナトリウムmg	カリウムmg	リンmg
1.1	426	362	107

9月4日（金）
にしんの旨煮
茄子田楽
ポテトサラダ
〈使用特定原材料〉 卵・乳・小麦

熱量kcal	たん白質g	脂質g	炭水化物g
206	10.1	13	12.7
塩分g	ナトリウムmg	カリウムmg	リンmg
1.3	506	332	106

9月5日（土）
ハンバーグイタリアン
チーズソースマカロニ
ほうれん草と卵の洋風和え
〈使用特定原材料〉 卵・乳・小麦

熱量kcal	たん白質g	脂質g	炭水化物g
246	10.4	15.7	15.6
塩分g	ナトリウムmg	カリウムmg	リンmg
1.1	449	322	131

9月6日（日）
たらバーグの中華あん
茄子のそぼろあんかけ
カリフラワーのカレーマヨ
〈使用特定原材料〉 卵・乳・小麦

熱量kcal	たん白質g	脂質g	炭水化物g
240	11.2	14.9	14.6
塩分g	ナトリウムmg	カリウムmg	リンmg
1.5	604	249	102

当日夕食 タンパクタ食 845円/1食

8月31日（月）
ホキのカレー焼・昆布煮
キャベツのピリ辛スープ煮
かぼちゃのソテー・パイナップルシロップ漬
〈使用特定原材料〉 乳・小麦

熱量kcal	たん白質g	脂質g	炭水化物g
248	11.6	10.4	26.1
塩分g	ナトリウムmg	カリウムmg	リンmg
1.9	532	797	143

9月1日（火）
鶏肉のハーブ焼き.小松菜と焼椎茸のお浸し
にんじんのごま和え・根菜の煮物
りんごのコンポート
〈使用特定原材料〉 乳・小麦

熱量kcal	たん白質g	脂質g	炭水化物g
227	12.7	6.7	28.4
塩分g	ナトリウムmg	カリウムmg	リンmg
0.8	607	643	140

9月2日（水）
揚げ春巻
ピーマンの胡麻和え
厚揚げ甘辛煮・O花餅
〈使用特定原材料〉 乳・卵・小麦

熱量kcal	たん白質g	脂質g	炭水化物g
262	11.7	11.9	24.9
塩分g	ナトリウムmg	カリウムmg	リンmg
1.4	631	473	138

9月3日（木）
ポークピカタ
豆腐の田楽・わらびのお浸し
かぼちゃのクリーム煮・桃のコンポート
〈使用特定原材料〉 乳・卵・小麦

熱量kcal	たん白質g	脂質g	炭水化物g
301	10.9	17.5	26
塩分g	ナトリウムmg	カリウムmg	リンmg
1.8	721	472	185

9月4日（金）
牛肉の甘辛煮・わらび煮
エビとブロッコリー炒め物
れんこん煮・黄桃
〈使用特定原材料〉 乳・小麦・えび

熱量kcal	たん白質g	脂質g	炭水化物g
231	11.4	17.3	29.3
塩分g	ナトリウムmg	カリウムmg	リンmg
1.4	476	465	167

9月5日（土）
アジフライ
卵サラダ・えび団子の煮物
小松菜のごま和え・大学芋
〈使用特定原材料〉 乳・卵・小麦・エビ

熱量kcal	たん白質g	脂質g	炭水化物g
346	10.9	16	39.3
塩分g	ナトリウムmg	カリウムmg	リンmg
1.7	676	454	138

9月6日（日）
タラのとろろ蒸し
カリフラワーのカレー煮・里芋の鳴門煮
根菜酢の物・りんごのコンポート
〈使用特定原材料〉 卵・小麦・カニ

熱量kcal	たん白質g	脂質g	炭水化物g
214	9.8	6.8	28.8
塩分g	ナトリウムmg	カリウムmg	リンmg
1.2	387	711	155

翌日昼食 タンパク昼食 750円/1食

8月31日（月）
豚肉とナスの味噌炒め
きのこ和風煮
小松菜のハーブ和え
〈使用特定原材料〉 小麦

熱量kcal	たん白質g	脂質g	炭水化物g
254	15	15.2	18.1
塩分g	カリウムmg	リンmg	
1.5	545	197	

9月1日（火）
チンジャオロース
厚揚げの黒酢あん
大根の旨煮
〈使用特定原材料〉 小麦

熱量kcal	たん白質g	脂質g	炭水化物g
206	15.1	9.7	16.4
塩分g	カリウムmg	リンmg	
1.9	505	191	

9月2日（水）
あじ西京焼き
大根の塩きんぴら
まごわやさしい煮
〈使用特定原材料〉 小麦・乳

熱量kcal	たん白質g	脂質g	炭水化物g
203	15.1	10.1	15.1
塩分g	カリウムmg	リンmg	
1.5	543	198	

9月3日（木）
ホキの塩麹マスタードソース
じゃがバター
小松菜のツナ和え
〈使用特定原材料〉 小麦・卵・乳

熱量kcal	たん白質g	脂質g	炭水化物g
225	15.1	12.4	12.9
塩分g	カリウムmg	リンmg	
1.5	521	176	

9月4日（金）
豚肉とブロッコリーの中華炒め
なすの黒酢あん
にんじんしりしり
〈使用特定原材料〉 小麦・卵・乳

熱量kcal	たん白質g	脂質g	炭水化物g
249	15.1	15.6	15.7
塩分g	カリウムmg	リンmg	
1.4	507	181	

9月5日（土）
白身魚トマトソース
マカロニとアスパラのソテー
ポトフ
〈使用特定原材料〉 小麦・乳

熱量kcal	たん白質g	脂質g	炭水化物g
289	15.1	12.4	30.6
塩分g	カリウムmg	リンmg	
1.4	517	199	

9月6日（日）
鶏と根菜の甘酢炒め
揚げ茄子の中華あん
切干大根
〈使用特定原材料〉 小麦

熱量kcal	たん白質g	脂質g	炭水化物g
328	15.3	20.4	21.5
塩分g	カリウムmg	リンmg	
1.9	539	191	

メディカル週間価格	月～金（5日間）	月～土（6日間）	月～日（7日間）
夕食セット	4,225円	5,070円	5,915円
昼食セット	4,050円	4,860円	5,670円

成分分析表（ごはん3食分）	重量g	熱量kcal	塩分g	たんぱく質g	脂質g	炭水化物g
	330	554	0	8.3	1.0	122.4

※ご飯はお客様でご用意ください

タンパク週間価格	月～金（5日間）	月～土（6日間）	月～日（7日間）
夕食セット	4,225円	5,070円	5,915円
昼食セット	3,750円	4,500円	5,250円

成分分析表（ごはん3食分）	重量g	熱量kcal	塩分g	たんぱく質g	脂質g	炭水化物g
	450	756	0	11.3	1.4	167

お届け日
月～水→月曜日にお届け致します
木～日→木曜日にお届け致します

保存方法：冷凍