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

やわらか食 3品コース 当日昼食 メディカル昼食 810円/1食

月 11月16日

メディカル夕食
サワラ西京焼き
さつま芋サラダ・青梗菜中華浸し
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
239	15.5	14.4	18.8
塩分g	ナトリウムmg	コレステロールmg	
1.5	686	38	

メディカル昼食
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

火 11月17日

メディカル夕食
豚ちゃんこ風・ひじきサラダ
揚げとピーマンの中華風
えのきキムチ
〈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
230	12.6	13.3	15.9
塩分g	ナトリウムmg	コレステロールmg	
1.9	788	26	

メディカル昼食
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

水 11月18日

メディカル夕食
赤魚の南部焼き
きのこサラダ・里芋のバター醤油焼
かぼちゃの肉味噌焼
〈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
245	15.4	12.2	20
塩分g	ナトリウムmg	コレステロールmg	
1.8	752	49	

メディカル昼食
洋食プレート
ほうれん草のコンソメソテー
じゃが芋のミルク煮
〈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
200	9.2	12.4	12.9
塩分g	ナトリウムmg	カリウムmg	リンmg
1.7	673	244	81

木 11月19日

メディカル夕食
鶏のねぎソースかけ
おくらのピーナツ和え
厚揚げ甘辛煮・野菜のグラッセ
〈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
259	15.7	13.7	17.4
塩分g	ナトリウムmg	コレステロールmg	
1.4	489	61	

メディカル昼食
豆腐バーグゆずおろしあん
たらマヨマカロニ
きんぴらごぼう
〈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
254	10.3	16.1	16.5
塩分g	ナトリウムmg	カリウムmg	リンmg
1.7	656	205	92

金 11月20日

メディカル夕食
鯖の塩焼
カリフラワーの土佐煮
人参サラダ・長芋焼き
〈使用特定原材料〉 乳・小麦・卵・カニ

熱量kcal	たん白質g	脂質g	炭水化物g
228	17.4	10.3	15.8
塩分g	ナトリウムmg	コレステロールmg	
1.5	627	44	

メディカル昼食
ホワイトシチュー
キャベツとツナの和え物
かぼちゃのそぼろあん
〈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
219	10.1	12.6	16.4
塩分g	ナトリウムmg	カリウムmg	リンmg
1.1	447	370	106

土 11月21日

メディカル夕食
牛肉とごぼうのごま味噌煮
ほうれん草とベーコン炒め
えびグラタン・白菜のおかか和え
〈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
266	14.4	15.5	17.1
塩分g	ナトリウムmg	コレステロールmg	
1.4	473	39	

メディカル昼食
ぶり大根
野菜大豆煮
なすのそぼろあんかけ
〈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
216	10.5	8.7	23.6
塩分g	ナトリウムmg	カリウムmg	リンmg
1.3	501	373	75

日 11月22日

メディカル夕食
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	

メディカル昼食
かつ煮
きんぴらごぼう
ブロッコリーのおかか和え
〈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
241	10.4	13.8	17.1
塩分g	ナトリウムmg	カリウムmg	リンmg
1.7	687	251	97

当日夕食 タンパクタ食 845円/1食

翌日昼食 タンパク昼食 750円/1食

月 11月16日

タンパク夕食
鶏肉のﾊｰﾌﾞ焼き.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

タンパク昼食
豚肉じゃが
キャベツのうま煮
茄子の甘辛煮
〈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
244	15	12.7	19.5
塩分g	カリウムmg	リンmg	
1.8	536	174	

火 11月17日

タンパク夕食
青椒牛肉絲・ひじきの煮物
だし巻玉子のえのきあんかけ
かぼちゃサラダ・フルーツ白玉
〈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
312	11.2	16.7	29.3
塩分g	ナトリウムmg	カリウムmg	リンmg
2	422	322	117

タンパク昼食
ドライカレー
冬瓜のコンソメ煮
青菜の煮浸し
〈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
266	15.2	16.7	12.8
塩分g	カリウムmg	リンmg	
1.7	529	160	

水 11月18日

タンパク夕食
カレイの洋風焼き
フライドポテト・ゆかり和え
細切昆布煮
〈使用特定原材料〉 乳・小麦・エビ

熱量kcal	たん白質g	脂質g	炭水化物g
293	12.3	17.5	22
塩分g	ナトリウムmg	カリウムmg	リンmg
1.3	556	974	178

タンパク昼食
若鶏の味噌焼き
彩野菜のうま煮
けんちん煮
〈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
205	17.6	9.2	16.1
塩分g	カリウムmg	リンmg	
1.6	500	183	

木 11月19日

タンパク夕食
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

タンパク昼食
肉団子の野菜あんかけ
卵とにらの炒め物
ビーフンとピーマンの中華和え
〈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
318	152	20.6	19.4
塩分g	カリウムmg	リンmg	
1.9	425	184	

金 11月20日

タンパク夕食
アジのピザ風焼・里芋のバター醤油焼
チンゲン菜の中華煮・ひきのお浸し
みかんシロップ漬け
〈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
219	12.1	11.3	15.3
塩分g	ナトリウムmg	カリウムmg	リンmg
1.4	604	491	175

タンパク昼食
ミートオムレツ
キャベツのカレーソテー
エリンギの豆乳煮
〈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	13.8	15.8
塩分g	カリウムmg	リンmg	
1.9	431	198	

土 11月21日

タンパク夕食
とんかつ・酢味噌和え
煮豆・ウインナーのカレー煮
スナップエンドウの豆板醤炒め
〈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
316	10.6	14.5	36.8
塩分g	ナトリウムmg	カリウムmg	リンmg
2	732	372	119

タンパク昼食
親子煮
大根の生姜炊き
木の葉かぼちゃの柚子風味
〈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
274	15	14.1	22.5
塩分g	カリウムmg	リンmg	
1.9	523	183	

日 11月22日

タンパク夕食
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・ﾊﾟｲﾅｯﾌﾟﾙｼﾛｯﾌﾟ漬
〈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

タンパク昼食
酢豚風炒め
青梗菜の中華和え
高野豆腐煮
〈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
223	15	9.5	20.5
塩分g	カリウムmg	リンmg	
1.9	490	194	

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