メディカル1200 低カロリーメニュー



●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

		熱量kcal	たん白質g	脂質g	炭水化物g	塩分g	ナトリウムmg	コレステロールmg
月	オムレツのアサリソースかけ ベーコンネギのスープ煮 牛蒡のごま和え・えびグラタン 〈使用特定原材料〉 乳・小麦・卵・エビ	203	9.3	8.8	23.2	2.3	904	126
11月23日	あじの南蛮漬け 大根の肉味噌ゆず風味 いんげんと卵の和え物 〈使用特定原材料〉 卵・乳・小麦	197	9.9	9.5	17.5	1.5	583	299
火	ホキのマヨネーズ焼き 玉ねぎサラダ・ひじきサンド煮 ごぼう炒め 〈使用特定原材料〉 乳・小麦・卵	237	14.6	12.2	20.7	1.3	793	36
11月24日	すき煮 ブロッコローの卵あん たらこのポテトサラダ 〈使用特定原材料〉 卵・乳・小麦	208	9.2	10.6	17.7	1.8	710	306
水	酢豚 おくらサラダ・あさりと白菜煮 うぐいす豆 〈使用特定原材料〉 乳・小麦・卵	265	15.4	9.6	28.8	1.6	631	44
11月25日	オムレツトマトソース ツナクリームマカロニ ブロッコリーのコンソメ煮 〈使用特定原材料〉 卵・乳・小麦	201	9.9	9.3	18.8	1.2	484	277
木	サワラの柚庵焼き きのこ海苔和え おくらの洋風炒め・煮豆 〈使用特定原材料〉 小麦	256	18.6	11.3	22.8	1.8	639	41
11月26日	鮭バーグのちゃんちゃん焼き風 かぼちゃの小倉あん ブロッコリーのおかか和え 〈使用特定原材料〉 乳・小麦	243	10	12.2	22.4	1.5	579	391
金	青椒肉絲 青梗菜の貝柱和え 野菜のケチャップ煮・エリンギ炒め 〈使用特定原材料〉 乳・小麦	212	19.1	8.3	16.5	2.1	470	46
11月27日	厚揚げの彩り炒め かぼちゃ煮 ほうれん草の卵和え 〈使用特定原材料〉 卵・乳・小麦	185	8.5	10.8	12.6	1.2	475	254
土	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	201	17.1	13.2	13.8	1.7	557	35
11月28日	鶏と野菜の煮物 菜の花とひじきの和風和え さつま芋の甘煮 〈使用特定原材料〉 乳・小麦	188	8.8	7.5	20.7	1.7	662	368
日	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	252	16.4	15.4	12.9	2.1	693	112
11月29日	さばつみれと大根の煮物 オクラのおかか和え さつま芋のレモン煮 〈使用特定原材料〉 乳・小麦	192	10.1	4.7	25.8	1.3	526	394

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

		熱量kcal	たん白質g	脂質g	炭水化物g	塩分g	ナトリウムmg	カリウムmg	リンmg
月	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	301	10.9	17.5	26	1.8	721	472	185
11月23日	鮭のちゃんちゃん焼き風 じゃが芋の煮物 小松菜きんぴら 〈使用特定原材料〉 小麦	200	15.7	7.5	19.8	1.7	503	194	
火	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	346	10.9	16	39.3	1.7	676	454	138
11月24日	バーベキューチキン 白菜炊き 小松菜のナムル風 〈使用特定原材料〉 小麦・乳	215	16.3	10.7	15.7	1.9	512	194	
水	肉団子のチリソース うの花・根菜煮 揚げしゅうまい・O花餅 〈使用特定原材料〉 乳・卵・小麦	306	12.7	13	36.5	1.8	726	622	152
11月25日	メバルの照り焼き 五目金平 いんげんと竹輪の炒め物 〈使用特定原材料〉 小麦・卵	213	15.5	8.6	21	1.6	501	194	
木	サバと大根の味噌煮 いんげんのごま和え・ほうれん草ソテー 三色ピーマンの梅肉和え・あん団子 〈使用特定原材料〉 乳・卵・小麦・エビ	305	12.6	15.5	27.4	1.6	539	623	182
11月26日	麻婆豆腐 白菜の中華煮 海鮮しゅうまい 〈使用特定原材料〉 えび・かに・小麦・卵	291	15.2	16	21.3	1.9	549	174	
金	チキンのカレー煮込み アサリとキャベツの蒸し物・里芋のずんだ和え 野菜の炊き寄せバーグ・大学芋 〈使用特定原材料〉 乳・卵・小麦・エビ	272	11.8	13.6	25.8	1.4	538	778	170
11月27日	さわらの黒酢あん ほうれん草のペペロン風 かぶの洋風煮 〈使用特定原材料〉 小麦・乳	228	15	12.7	15	1.8	513	198	
土	八宝菜 スパゲッティサラダ・筑前煮 かぼちゃのソテー・芋グラタン風 〈使用特定原材料〉 乳・卵・小麦・エビ	307	12	15.5	31.2	1.3	331	514	146
11月28日	ポークチャップ ツナとコーンのスパゲティ 花野菜ソテー 〈使用特定原材料〉 小麦・乳	269	15.6	14.1	21.7	1.8	494	192	
日	和風煮込みハンバーグ カリフラワーとツナのサラダ・竹の子の金平 アスパラソテー・ほうれん草のスープ煮 〈使用特定原材料〉 乳・卵・小麦・エビ	283	10.7	17.1	22	1.9	552	620	165
11月29日	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	254	15	15.2	18.1	1.5	545	197	

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