

◆ 8月3日～ 8月7日の献立表

そふと食（介護食）			献立表		※ 当日21時までにお召し上がりください。			※ 調理・加工をしていない物に★印をつけています。						
8月3日 月 曜日			8月4日 火 曜日		8月5日 水 曜日			8月6日 木 曜日		8月7日 金 曜日				
豆腐ハンバーグ			太刀魚の煮魚		チャーシュー風煮			貝味噌焼き		鶏じゃが				
麻婆なす			じゃが芋の金平		子和え			いとこ煮		野菜のスープ煮				
トマトの青じそサラダ			卵味噌		ツナサラダ			冷奴		アスパラのタルタルサラダ				
白菜の辛子酢醤油和え			いんげんの胡麻和え		とろろ芋のゆかり風味			小松菜のピーナツ和え		オクラのだし割り				
★漬物			★洋なし缶		★のりの佃煮			★ねり梅		★鯛味噌				
アレルギー		エネルギー 252kcal	アレルギー		エネルギー 267kcal	アレルギー		エネルギー 256kcal	アレルギー		エネルギー 248kcal	アレルギー		エネルギー 264kcal
卵、乳、小麦		タンパク質 15.7g	卵、乳、小麦		タンパク質 12.4g	卵、乳、小麦		タンパク質 15g	卵、乳、小麦、 落花生		タンパク質 14.2g	卵、乳、小麦		タンパク質 10.9g
		脂質 11.4g			脂質 11.4g			脂質 13g			脂質 8.2g			脂質 12.5g
		炭水化物 22.8g			炭水化物 31.9g			炭水化物 22g			炭水化物 33.5g			炭水化物 30.4g
		食塩相当量 2.3g			食塩相当量 2.3g			食塩相当量 1.7g			食塩相当量 1.3g			食塩相当量 1.7g

※ お浸し等は調味料を加えていません。お好みで味付けして下さい。

※ 当日21時までにお召し上がりください。

※ 調理・加工をしていない物に★印をつけています。

やわらか食（介護食）			献立表											
8月3日 月 曜日			8月4日 火 曜日			8月5日 水 曜日			8月6日 木 曜日			8月7日 金 曜日		
豆腐ハンバーグ			サバの漬焼き			かにクリームコロッケ			鶏肉の卵とじ			すり身のふんわり蒸し		
麻婆なす			じゃが芋の金平			にんじんの味噌炒め			イタヤ貝と野菜のソテー			大根の炒め物		
冬瓜のくずかけ			菜の花の辛子マヨ和え			スクランブルエッグ			かぼちゃの甘煮			白菜と小桜えびのスープ煮		
もやしとかにかマの青じそ和え			キャベツの和え物			ブロッコリーのツナ和え			チンゲン菜の香味和え			ブロッコリーのタルタルサラダ		
★鯛味噌			★漬物			★煮豆			★ねり梅			★漬物		
アレルギー		エネルギー 263kcal	アレルギー		エネルギー 260kcal	アレルギー		エネルギー 261kcal	アレルギー		エネルギー 251kcal	アレルギー		エネルギー 253kcal
卵、乳、小麦、 かに	タンパク質	16.5g	卵、乳、小麦	タンパク質	15.3g	卵、乳、小麦、 えび、かに	タンパク質	10.8g	卵、乳、小麦	タンパク質	19.8g	卵、乳、小麦、 えび	タンパク質	12.4g
	脂質	10.4g		脂質	15.7g		脂質	9.7g		脂質	10.8g		脂質	15.3g
	炭水化物	28.4g		炭水化物	22.1g		炭水化物	37.1g		炭水化物	22.3g		炭水化物	18.8g
	食塩相当量	2.3g		食塩相当量	1.7g		食塩相当量	2g		食塩相当量	1.4g		食塩相当量	1.5g

<電子レンジでの温めの目安>

そふと食・やわらか食
帯封とピンクと黄色のカップを取り外し、フタをしたまま500Wで60秒を目安に温めてください。
そふと食は、続けて1分以上の温めはしないで下さい。

- ※ 回転式の電子レンジで容器が引っかかる場合は、フタを取ってラップをかけて温めてください。
※ あたためた直後は熱いので、取扱いは十分注意してください。

<注意事項>

- ① お弁当は、届きましたら冷蔵庫で保管し、当日21時までにお召し上がりください。
② 使用しているハム・ベーコンには発色剤を使用しております。
③ 原材料入荷時の都合により、献立内容が変更となる場合もありますのでご了承ください。
④ 献立内容の変更により、アレルギー表示が変更となる場合があります。帯封の表示をご確認ください。
⑤ 製品工場では、卵・乳・小麦・そば・落花生・えび・かに・くるみ・カシューナッツを含む製品も製造しております。
⑥ 魚は小骨が入っている場合があるので、お召し上がる際にはご注意ください。
※ お弁当やお届けの変更等ございましたら、前週の火曜日18時までにご連絡ください。

お問い合わせ
0120-102-705

コープ配食サービスセンター
営業時間：9時～18時/月～金

●お声をお聞かせください。ご記入後、配達員に直接お渡しいただくか、保冷箱に入れてご提出ください。

【1】今週美味しかった献立を教えてください。

[]

【2】改善を希望する献立を教えてください。

[]

【3】今後入っていたらうれしい献立を教えてください。

[]

《わたしのひと声カード》

組合員
氏名

回答必要 ・ 回答不要
ご利用の
お弁当