



やわらか食・介護食・ 健康管理食



うす味で
やわらかめの
おいしい食事が
食べたい

カロリーや
塩分を抑えた
料理を作るのは
たいへん



やわらか食

・やわらか普通食

健康を気づかうシニア世代の方に
やわらかく仕上げたうす味で栄養バランスの
よい食事です。



介護食

・きざみ食
・ムース食

かむ力、飲み込む力の弱い方に
できあがったおかずを食べやすく加工
しました。



健康管理食

・カロリー調整食
・たんぱく調整食

糖尿病や腎臓病が気になる方に
カロリーやたんぱく質を調整した
メニューです。

ご利用は

5日分からご注文OK!(1日あたり2食、計10食分から)

「どのコースがいいの?」という方もお気軽にお問い合わせください!
担当者が訪問し、直接ご相談をお受けいたします。

※糖尿病の方、腎臓病の方、透析をされている方は事前に
主治医・栄養士にご相談ください。

お届けは

おいしさそのまま**冷蔵**でお届け!

クロネコ・クール便(冷蔵)にてお届けいたします。

詳しくは夕食宅配までお電話ください

9・10月 振替案内のお知らせ

引落日 9月12日(金)引落

請求期間 7月28日(月)~8月22日(金)

再請求 9月29日(月)
手数料がかかります。(200円)

引落日 10月14日(火)引落

請求期間 8月25日(月)~9月19日(金)

再請求 10月27日(月)
手数料がかかります。(200円)

※引落日に口座引き落としされなかった場合に再請求を致します。
(一部の金融機関では再請求できないところもあります。)

※口座引き落としされなかった場合、次回引き落としに手数料がかかります。(200円)

※2回目の口座引き落としができない場合は、夕食宅配のご利用をストップさせていただきます。

・・・ お弁当の変更・中止は ・・・



0120-4884-16

必ずお届け前週の**火曜日・18時まで**にご連絡ください。
(急な入院などの場合もご連絡ください。)

メニューに関すること、その他ご意見などしお寄せください。
記入後は、キリトリ線で切り離し配達スタッフにお渡しください。



9月メニュー表

おかず・ご飯付コース

9・10月 振替のお知らせ

※口座引き落としされなかった場合、次回引き落としに手数料がかかります。(200円)

引落日 9月12日(金)引落

請求期間 7月28日(月)~8月22日(金)

引落日 10月14日(火)引落

請求期間 8月25日(月)~9月19日(金)

月 9/1	火 2	水 3	木 4	金 5
【白飯】 【ぶりの煮つけ】★ゼリー 【切干大根と大豆の煮物】 【ナポリタンスパ】 【しゅうまい】 おかずのみ	【白飯】 【豚肉の生姜焼き風】 【高野の玉子とじ】 【インゲンの胡麻マヨサラダ】 【白菜の和え物】 おかずのみ	【ゆかりご飯】(238kcal) 【関東炊き】 【揚げギョーザの甘酢あんかけ】 【シェルマカロニツナサラダ】 【なすの甘味噌炒め】おかずのみ	【白飯】 【肉団子酢豚風】 【人参と青菜の胡麻炒め風】 【ほうれん草と椎茸の煮浸し】 【ツナマヨサラダ】 おかずのみ	【白飯】 【 アジフライの南蛮酢かけ 】 【枝豆と野菜の煮物】 【ほぐし鶏と玉ねぎのゆず風味】 【キャベツのゆかり和え】おかずのみ
熱量 210 kcal タンパク質 12.1 g 脂質 5.8 g 炭水化物 25.2 g 食塩相当量 1.3 g	熱量 249 kcal タンパク質 13.2 g 脂質 12.3 g 炭水化物 20.3 g 食塩相当量 2.2 g	熱量 224 kcal タンパク質 10.1 g 脂質 12.6 g 炭水化物 17.5 g 食塩相当量 2.2 g	熱量 220 kcal タンパク質 10.7 g 脂質 8.1 g 炭水化物 23.8 g 食塩相当量 2.4 g	熱量 214 kcal タンパク質 10.6 g 脂質 11.6 g 炭水化物 17.4 g 食塩相当量 2.2 g
8 (山の日)	9	10	11	12
【白飯】 【和風ポトフ】 【オムレツの甘酢あんかけ】 【大豆のクリーム煮】 【小松菜の煮びたし】 おかずのみ	【白飯】★わらび餅 きなこ 【煮しめ】がんと・大根他 【コーンコロッケ】 【もやしとピーマンの和え物】 【キャベツとひじきのコールスロー】おかずのみ	【白飯】 【メンチカツ玉子とじ丼風】 【野菜とこんにゃくの生姜煮】 【インゲンの中華風サラダ】 【玉ねぎとさつま揚げのゆず風味】おかずのみ	【鮭ごはん】(246kcal) 【かぼちゃのカレーそぼろ煮】 【ゴーヤチャンプル】 【大豆トマト煮込み】 【厚揚げ田楽】 おかずのみ	【白飯】 【チャプチェ】 春雨・鶏ミンチ 【エビカツタルタルソース】 【オクラのおかか和え】 【大根なます】 おかずのみ
熱量 219 kcal タンパク質 14.3 g 脂質 6.0 g 炭水化物 29.5 g 食塩相当量 2.2 g	熱量 236 kcal タンパク質 10.3 g 脂質 10.7 g 炭水化物 27.9 g 食塩相当量 2.1 g	熱量 274 kcal タンパク質 10.1 g 脂質 15.3 g 炭水化物 23.8 g 食塩相当量 2.6 g	熱量 244 kcal タンパク質 12.9 g 脂質 9.1 g 炭水化物 27.4 g 食塩相当量 2.4 g	熱量 282 kcal タンパク質 10.0 g 脂質 12.4 g 炭水化物 31.0 g 食塩相当量 2.4 g
15 祝(敬老の日)	16	17	18	19
【高菜ご飯】(222kcal) 【イカフライ】 【春雨と野菜の炒めもの】 【大根煮】 【カニカマとカリフラワーの酢の物】おかずのみ	【白飯】 【肉豆腐】 【温野菜明太マヨソースかけ】キャベツ等 【マカロニカルボナーラ】 【枝豆煮】おかずのみ	【白飯】★マンゴープリン 【タラのみぞれかけ】 【クリーミーコロッケ】 【ほうれん草ともやしの和え物】 【コーンといんげんのサラダ】おかずのみ	【白飯】 【油淋鶏】 【大根のそぼろあんかけ】 【ピーマン塩昆布和え】 【ブロッコリー-カニ風味あんかけ】おかずのみ	【白飯】 【天ぷら(エビ含む)】 【インゲンチャンプル】 【高野煮】 【チンゲン菜とタケノコのナムル】おかずのみ
熱量 259 kcal タンパク質 10.9 g 脂質 8.3 g 炭水化物 35.5 g 食塩相当量 1.5 g	熱量 248 kcal タンパク質 11.3 g 脂質 14.4 g 炭水化物 18.3 g 食塩相当量 1.7 g	熱量 223 kcal タンパク質 10.1 g 脂質 9.1 g 炭水化物 25.6 g 食塩相当量 2.1 g	熱量 284 kcal タンパク質 16.3 g 脂質 15.6 g 炭水化物 19.8 g 食塩相当量 2.9 g	熱量 335 kcal タンパク質 15.9 g 脂質 13.8 g 炭水化物 35.8 g 食塩相当量 2.7 g
22	23 祝(秋分の日)	24	25	26
【白飯】 【オムレツデミグラスソースかけ】 【ひじき大豆煮】 【コーンと枝豆サラダ】 【梅酢れんこん】 おかずのみ	【わかめご飯】(253kcal) 【鶏の天ぷら磯部揚げ】 【大根の肉じゃが風】 【切干大根の酢味噌和え】 【卵の花】 おかずのみ	【白飯】 【和風オニオンソースハンバーグ】 【白菜とお揚げの煮びたし】 【竹輪のすき焼き風】 【山菜とキャベツの甘酢和え】おかずのみ	【白飯】 【さばの塩焼き】 【紅白なます】 【野菜コロッケ】 【キャベツのゆず風味和え】 【焼きビーフン】おかずのみ	【白飯】★わらび餅 黒糖 【 味噌カツ チキン 】 【白菜の煮びたし】 【カリフラワーのおかか和え】 【春菊ツナマヨサラダ】おかずのみ
熱量 271 kcal タンパク質 12.3 g 脂質 11.7 g 炭水化物 29.3 g 食塩相当量 2.5 g	熱量 257 kcal タンパク質 12.9 g 脂質 8.7 g 炭水化物 31.9 g 食塩相当量 1.2 g	熱量 303 kcal タンパク質 12.2 g 脂質 12.6 g 炭水化物 35.2 g 食塩相当量 2.8 g	熱量 291 kcal タンパク質 10.0 g 脂質 15.1 g 炭水化物 29.5 g 食塩相当量 1.7 g	熱量 238 kcal タンパク質 11.5 g 脂質 9.5 g 炭水化物 27.8 g 食塩相当量 2.4 g

- お届け後は冷蔵庫に保管し、配送当日の21時までにお召し上がりください。
- 容器は直接火にかけず、電子レンジで500W:1分30秒~2分、600W:1分15秒~1分40秒程度温めてください。
- 食材入荷の都合により、メニューを変更させて頂く場合があります。ご了承ください。
- お米は国産米であり、約140gです。熱量(カロリー)は140gあたり235kcalです。

- 栄養値は献立作成時の計算値のため、食材・分量調整により前後することがあります。
- 栄養成分値はおかずのみの値です。
- 本製造工場では、卵・乳・小麦・エビ・カニ・そば・落花生等を含む製品を生産しています。
- 『★デザート』の表記はデザートのご提供となります。誤ってレンジにかけないでください。

空容器は、次回の配達時に回収しますので『洗剤』で軽く洗ってご返却下さい。(容器内にゴミがない状態でお返しくださいますようお願いいたします。)

..... ⚠️ ご注意ください

メニュー変更、中止などの場合は、お届け前週の火曜日18時までにご連絡ください。
火曜日18時を過ぎますと、次週以降の変更ができなくなります。変更期日を過ぎた変更につきましては、
代金をお支払い頂くことになります。予約注文のためご了承ください。

お問合せ

月曜日～金曜日【9:00～18:00】



0120-4884-16