

たんぱく質のこだわり

国(厚生労働省)が初めて配食業者・市区町村等に通知した『**配食ガイドライン(通称)**』に基づいて、たんぱく質量が毎食1食あたり**16g~24g**摂取でき、しかも**食べ切れる量**でご提供いたします。(普通食)



お弁当の
新たな選択基準は
栄養価ですよ。



「メニュー例」

C:白菜と青菜のそぼろあんかけ
たんぱく質：0.7g

D:小豆煮
たんぱく質：1.1g

E:やわらか茎わかめ
たんぱく質：0.1g

B:かぼちゃの田舎煮
たんぱく質：0.6g

A:酢豚
たんぱく質：3.6g

C:青のり入りだし巻玉子
たんぱく質：3.0g

D:蒸し鶏胡麻和え
たんぱく質：3.0g

E:まぐろ煮
たんぱく質：1.8g

B:湯菜入りチンゲン菜
たんぱく質：1.5g

A:酢豚
たんぱく質：5.7g

1食当り栄養価	おかずのみ	ご飯170g込み
エネルギー	153 kcal	439 kcal
たんぱく質	6.1 g	10.4 g
食塩相当量	1.8 g	1.8 g

1食当り栄養価	おかずのみ	ご飯170g込み
エネルギー	206 kcal	492 kcal
たんぱく質	15.0 g	19.3 g
食塩相当量	1.8 g	1.8 g

(2017年12月22日(金)夕食メニュー)

★栄養改善(たんぱく増量) + 安否確認★



宅配クック123行事食にご案内 ～心の栄養にもチャレンジ～

10月



11月



12月



1月



黒毛和牛ハンバーグ弁当 金目鯛西京焼き弁当 宮崎産黒毛和牛の牛丼 銀だらの煮付け弁当

毎月1回【心の栄養を・・・】をテーマとして
割烹料亭でも出るような食材で在宅のお客様に
対して『本物の味』をご提供する取組です。