

普通食

ご高齢者向けの栄養バランスや食べやすさはもちろん、
食材の安全や食の楽しみにもこだわって調理しています。

おかずのみ

おかずと ごはん



内容の例

ごはん

担当者が産地を巡り歩き、お弁当に合う「冷めても美味しい」お米を厳選。
ふっくらと美味しく炊き上げました。

照焼チキン

和食の定番の照焼チキンです。鶏肉のうま味が凝縮されています。

茹でブロッコリー

栄養価が高いブロッコリーを茹で、さっぱりとした食感で素材のそのまます。
味わえます。

イカと野菜の煮物

やわらかいイカと色とりどりの野菜を煮物にしました。色鮮やかな野菜が食欲
をそそられます。

南瓜のクリーミーサラダ

甘くておいしい南瓜をクリーミーにサラダ仕立てにしました。

青菜と干しエビの炒め物

青菜と干しエビの相性がバッチリの炒め物です。

まごころ小町

美味しさそのままに、低カロリー・低塩分のお弁当。
お求めやすいお手頃価格です。

小町



照焼チキン

小町(大)



カレーの生姜煮

カロリー調整食

カロリーをバラつきの少ない一定の値に調整し、栄養バランスの良いカロリー計算が必要な方に適したお弁当です。ダイエットや食事療法も無理なく続けられます。

おかずのみ

おかずとごはん



鶏肉と根菜の煮物

●カロリー 262kcal ●たんぱく質 12.0g ●脂質 8.6g
●炭水化物 33.3g ●ナトリウム 610mg ●食塩相当量 1.5g



赤魚の煮付け

●カロリー 222kcal ●たんぱく質 12.4g ●脂質 8.8g
●炭水化物 22.2g ●ナトリウム 556mg ●食塩相当量 1.4g

※おかずのみ1食あたりの栄養価です

たんぱく調整食

かかりつけの医師による指導があり、たんぱく質の摂取量の注意が必要な方へ

おかずのみ

おかずとごはん

おかずとたんぱく調整ごはん



鮭のバター醤油焼き

たんぱく調整食の栄養基準

カロリー	294kcal
たんぱく質	10g以下
脂質	16.9g
炭水化物	29.1g
カリウム	500mg以下
リン	210mg
食塩相当量	1.7g

1食あたり ※おかずのみ

ムース食

食べ物を噛むことや、飲み込むことが困難な方に適したムース食です。見た目の美味しさや料理の香りも兼ね備えているので、美味しい食事を安心してお召し上がり頂ける新しい食事形態です。

おかずのみ

おかずとごはん



うなぎの蒲焼ムース



牛すき焼きムース

掲載の写真は全て献立の一例です

まごころ畑からのお知らせ

皆様に安心・安全な野菜を食べていただきたくて、土づくりからこだわり、まごころをこめて農作物を育てています。私たち生産者の愛情と、自然の恵みをたっぷり受けた新鮮野菜をお召し上がりください。

