

## ムース食(お魚コース)

1食分の栄養成分(ムース食&メイン料理のタレの計算値)

セット名	メニュー名	メニュー内容			
		メイン料理30g×2 (タレ付き)	小鉢料理(1) 20g	小鉢料理(2) 20g	小鉢料理(3) 20g
お魚のセット A	うなぎ蒲焼き	うなぎムース (甘口タレ)	玉子焼き	ごま豆腐	小松菜
	海老中華あんかけ	海老ムース (中華あん)	カレイの子	トマト	ブロッコリー
	カレイの煮付け	カレイムース (醤油タレ)	シュウマイ	かぼちゃ	人参
お魚のセット B	ブリの照煮	ブリムース (甘口タレ)	ゴボウ	里芋	大根
	アサリ味噌煮	アサリムース (味噌タレ)	ギョウザ	なす	ほうれん草
	鱈のゴマ焼き	サワラムース (ゴマダレ)	豆腐	エリンギ	アスパラ
お魚のセット C	鮭の照焼き	サーモンムース (醤油タレ)	ごま豆腐	小松菜	なす
	イカのマリネ	イカムース (マリネソース)	ギョウザ	かぼちゃ	人参
	蒸しカレイ	カレイムース (銀あん)	カレイの子	シュウマイ	赤ピーマン
お魚のセット D	サバの味噌煮	サバムース (味噌タレ)	椎茸	大根	ポテトサラダ
	海老チリソース	海老ムース (チリソース)	ほうれん草	里芋	うずら豆
	鯛の蒸し焼き	鯛ムース (柚子ポン酢)	ゴボウ	うぐいす豆	さつま芋

栄養成分					アレルギー表示
エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	食塩相当量 (g)	
253	5.7	18.4	15.9	1.7	卵、乳成分、小麦、大豆、ごま、りんご
245	6.3	17.3	15.2	1.7	えび、鶏肉、卵、乳成分、小麦、大豆、ごま
263	5.0	19.3	16.7	1.5	卵、乳成分、小麦、鶏肉、豚肉、ゼラチン、大豆
312	4.6	23.9	19.0	1.8	卵、乳成分、小麦、大豆
259	5.9	19.5	14.3	1.5	卵、乳成分、小麦、豚肉、大豆、ごま
249	5.8	19.0	13.2	1.6	卵、乳成分、小麦、大豆、ごま
224	4.1	17.1	13.0	1.3	さけ、卵、乳成分、小麦、大豆、ごま
272	3.6	21.3	16.3	1.6	いか、鶏肉、豚肉、卵、乳成分、小麦、大豆、りんご、ごま
266	5.8	19.8	15.5	1.7	卵、乳成分、小麦、鶏肉、豚肉、ゼラチン、大豆
301	4.2	22.9	18.7	1.9	卵、乳成分、小麦、大豆、サバ
265	5.5	18.1	19.5	1.6	海老、卵、乳成分、小麦、大豆、
287	4.5	20.3	20.4	1.6	卵、乳成分、小麦、大豆、サバ