

やさしい食材で 手作りしています。



ポイント 1 厳選食材を
手作りで加工

契約農家による野菜栽培を心掛け、安心・安全な食材にこだわり抜きました。収穫した野菜についても徹底した衛生管理のもと、手作りで加工しています。

ポイント 2 食事の楽しみを
最大限に

ご高齢様が食べやすい大きさ・形・固さはもちろん、必要以上に薄味にならないようにだし汁で下味をつける、食感を大切にするなど、食の楽しみにもこだわっています。



ポイント 3 栄養バランスの良い
日替わり献立

ご高齢様に必要な栄養素を目安に、専属の栄養士がバランスよく献立を考えています。和・洋・中のバラエティに富んだメニューで毎日の食事をお楽しみ頂けます。

ポイント 4 季節に合わせた
彩り豊かな
メニュー

季節に合わせてメニューを入れ替え、お客様のお声を頼りに絶えずリニューアルしております。

ポイント 5 1人ひとりに合わせた個別対応

噛む力、飲み込む力が低下した方のために、おかゆや刻み食のご要望にも無料でお応えしています。

お気軽にお申しつけください

和食中心の
日替わり
メニューです

お電話又はFAXでお申込みください

ご注文・キャンセルは前日までにお願い致します

お電話での注文方法

1. **お名前・ご住所・お電話番号**をお伝えください。
2. **配送日をご指定ください** ご注文の次の日から配達可能です。
3. **昼食のみ・夕食のみ・昼と夕 両方**のいずれかをご指定ください。
4.

宅食小町	普通食	カローリー調整食	ムース食	⑤場合	・おかずのみ ・ごはんセット からお選びください。	たんぱく調整食	⑥場合	・おかずのみ ・ごはんセット ・たんぱく調整ごはん からお選びください。
------	-----	----------	------	-----	---------------------------------	---------	-----	---
5. **おかゆ・きざみ・一口大** などのご希望をお伝えください。
6. **毎回現金・振込・月末まとめ払い・口座振替** お支払い方法をご指定ください。
(自動引落)

※配達後なるべく早めにお召し上がりください。食べ残しなどは翌日に食べたりせず、必ず廃棄処分してください。

宅食ライフ 各務原店

お問合せの際には、電話番号をよくお確かめのうえ、くれぐれもおかけ間違いのないようお願いいたします。

お問い合せ・
ご注文は
TEL **058-380-2777**
FAX **058-216-7773**

住所 岐阜県各務原市鵜沼三ツ池町1丁目33番地1 スクエアハウス105 ※年中無休

URL <https://takushoku-life.com/>

栄養バランスを考えた安心・安全なお弁当



**初回1食
無料**

1食からでも
お届けします！



高齢者向け 配食サービス



後払いできる
お弁当です！



安心・安全にこだわり抜いた配食サービス

宅食ライフ 各務原店

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 **450円** 486円税込
 おかずとごはん **500円** 540円税込

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。

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。

青菜と干しエビの炒め物

青菜と干しエビの相性がパッチリの炒め物です。

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を味わえます。

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。



掲載の写真は全て献立の一例です

宅食小町

美味しさはそのままに、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 **380円** 410円税込
 小町(大) **432円** 466円税込



照焼チキン



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 **715円** 772円税込
 おかずとごはん **765円** 826円税込



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



鮭のバター醤油焼き

おかずのみ **762円** 822円税込
 おかずとごはん **812円** 876円税込
 おかずとたんぱく調整ごはん **858円** 926円税込

たんぱく調整食の栄養基準

1食あたり ※おかずのみ	
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

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 **600円** 648円税込
 おかずとごはん **650円** 702円税込



うなぎの蒲焼ムース



牛すき焼きムース

宅食畑からのお知らせ

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。

