

お届けについて

## 週1回、土曜日にお届けします。

クール宅急便(ヤマト運輸)で5日分をお届けします。



## おかげごとに「個包装」しています。

お召し上がりいただく日まで冷蔵庫で保存し、喫食日にあわせてお召し上がりください。

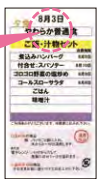
おかず  
1食分の例



## 喫食日を表記してあります。

消費期限は喫食日より2~3日後なので、急な用事などで喫食日に食べられなくても無駄になりません。

8月3日  
やわらか普通  
汁物+



## 温めてお召し上がりください。\*一部食品を除く



- お支払いは口座引き落としとなりますので、口座登録が必要です。
- 生協は組合員の出資金で運営しています。ご加入時に出資金をお預かりし、脱退時に払い戻します。

## お申し込み・お問い合わせ

お電話で「コープの健康管理食」とお伝えください。

# 0120-105-570

[月~金] 10:00~20:00 [土] 10:00~17:00

●詳細はパソコン・スマホから

ユーコープ 健康管理食 検索



- ☑ かむ力・飲み込む力が弱い方に
- ☑ 糖尿病が気になる方に
- ☑ 腎臓の負担が気になる方に
- ☑ 透析を受けている方に

# コープの 健康管理食

COOP  
ユーコープ

冷蔵  
お届け  
CHILLED PACK



※写真は「やわらか普通食(ごはん・汁物セット)」の献立の一例です。

※器はご家庭でご用意ください。

おすすめポイント①

## 約2,000種類の 豊富なメニュー

(やわらか普通食の場合)

おすすめポイント②

## 低栄養の 予防・改善

適切な栄養価と栄養バランス

おすすめポイント③

## かつおぶし・昆布


からとったダシを使用した  
やさしいおいしさ

おすすめポイント④

## カロリー・塩分

などが計算された  
管理栄養士監修の献立表付き!

最適なコースとお好みのセットを選んで、表中の **1** ~ **56** からご注文ください。

カテゴリ	コース名 / 特徴	セット内容	朝 昼	朝 夕	昼 夕	朝 昼 夕	
			1日2食×5日 10食分	1日2食×5日 10食分	1日2食×5日 10食分	1日3食×5日 15食分	
			注文番号・税込金額	注文番号・税込金額	注文番号・税込金額	注文番号・税込金額	
健康な ご高齢の方に	<b>やわらか普通食</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● やわらか食材、骨抜き魚を使用し、うす味でやわらかめに作られた栄養バランスの良い食事です。</li> <li>● 味やバラエティを重視した約2,000種類のメニュー。</li> </ul>	おかずのみ	<b>1</b> 4,800円	<b>2</b> 4,800円	<b>3</b> 5,200円	<b>4</b> 7,400円	
		ご飯汁物セット	<b>5</b> 5,800円	<b>6</b> 5,800円	<b>7</b> 6,200円	<b>8</b> 8,900円	
かむ力・飲み込む力が 弱い方（介護食）	<b>きざみ食</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 「やわらか普通食」を5~10mm角に刻みました。（メニューや栄養価は同等）</li> <li>● ご飯・汁物セットのご飯は全粥です。 きざみ食（一例）▶ </li> </ul>	おかずのみ	<b>9</b> 5,800円	<b>10</b> 5,800円	<b>11</b> 6,200円	<b>12</b> 8,900円	
		ご飯汁物セット	<b>13</b> 7,000円	<b>14</b> 7,000円	<b>15</b> 7,400円	<b>16</b> 10,700円	
	<b>ムース食</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● できあがったおかずをムース状にしているので、料理の味はそのままです。</li> <li>● 約120種類の専用メニューをご用意しています。</li> <li>● ご飯・汁物セットのご飯は全粥、汁物にはとろみがついています。</li> </ul>	おかずのみ	<b>17</b> 5,800円	<b>18</b> 5,800円	<b>19</b> 6,200円	<b>20</b> 8,900円	
		ご飯汁物セット	<b>21</b> 7,000円	<b>22</b> 7,000円	<b>23</b> 7,400円	<b>24</b> 10,700円	
糖尿病・ダイエット中の方に	<b>カロリー1600調整食</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 塩分制限中の方にもおすすめです。</li> <li>● 1日のカロリー1600kcal、塩分8.0g以下に調整しています。</li> </ul>	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。	おかずのみ	<b>25</b> 6,800円	<b>26</b> 6,800円	<b>27</b> 7,000円	<b>28</b> 10,300円
			ご飯汁物セット	<b>29</b> 8,000円	<b>30</b> 8,000円	<b>31</b> 8,200円	<b>32</b> 12,100円
	<b>カロリー1440調整食</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 1日のカロリー1440kcal、塩分6.0g以下に調整しています。</li> </ul>		おかずのみ	<b>33</b> 6,800円	<b>34</b> 6,800円	<b>35</b> 7,000円	<b>36</b> 10,300円
			ご飯セット（汁物なし）	<b>37</b> 7,600円	<b>38</b> 7,600円	<b>39</b> 7,800円	<b>40</b> 11,500円
腎臓病・人工透析中の方に	<b>たんぱく40g調整食</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● たんぱく質とカリウムを抑えたメニュー。</li> <li>● 1日のたんぱく質を40gに調整しています。</li> </ul>	普通ご飯で栄養成分を調整しているので低たんぱくご飯は不要。	おかずのみ	<b>41</b> 7,100円	<b>42</b> 7,100円	<b>43</b> 7,400円	<b>44</b> 10,800円
			ご飯セット（汁物なし）	<b>45</b> 7,900円	<b>46</b> 7,900円	<b>47</b> 8,200円	<b>48</b> 12,000円
	<b>たんぱく60g調整食</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● カリウムやリンに配慮しながら、1日のたんぱく質を60gに調整しています。</li> </ul>		おかずのみ	<b>49</b> 7,100円	<b>50</b> 7,100円	<b>51</b> 7,400円	<b>52</b> 10,800円
			ご飯セット（汁物なし）	<b>53</b> 7,900円	<b>54</b> 7,900円	<b>55</b> 8,200円	<b>56</b> 12,000円

カロリー調整食・たんぱく調整食は、消費者庁の食事療法定食配食品等栄養指針に基づいて作られた食事です。