

宅配クック123(ワッ・ツッ・スリー)しんわ横須賀店

❀❀名称・メニューも一新❀❀



店舗情報

〒238-0012

横須賀市安浦町 3-24

046-807-5555 / FAX046-807-6666

配達は、年始(1/1~3)を除き毎日営業

電話受付は、月~金曜日午前9時~午後5時

* 栄養管理と安否確認を徹底します。

* 土・日・年末も休まず営業いたします。

一人暮らしの方や食事の支度でお困りの方たちのために、毎日の昼食と夕食を玄関先までお届けしています。

もちろん、おかずは吟味した食材を使い、栄養バランスを考えた和食中心のメニュー。

しかも、ひとりひとりの健康状態や好き嫌いなどに合わせてお作りするほか、糖尿病や肥満・腎臓病でお悩みの方にも対応したメニューもご用意しました。

❀❀サービス特徴❀❀

宅配料は無料！一食からでもお届けいたします！

普通きざみ、極きざみ、おかゆ 無料対応！

前日 17 時までキャンセル・追加注文対応！

急な予定変更があってもお任せ下さい。

クックフリーズ製法

チルドでは栄養価の破壊が進みます。

123は栄養価破壊を80%防ぐ製法を採用。

高血圧、心筋梗塞、脳卒中を予防するため
平均塩分2gの徹底！

高齢者が食べ残しの無い分量調整
(栄養管理、健康管理のため)



宅配クック 123 のお弁当は **4 種類**

(すべて管理栄養士が献立作成しています)

① 普通食

おかずのみ

¥ 525

ごはんセット

¥ 577



栄養価基準(おかずのみ)

エネルギー(kcal)	160~270
たん白質(g)	16.0
脂質(g)	13.0
炭水化物	14.8
ナトリウム(mg)	1180 以下
食塩相当量(g)	3 以下

塩分・カロリー調整食
(糖尿病の方むけ)

② カロリー食

おかずのみ

¥ 756

ごはんセット

¥ 798



栄養価基準(おかずのみ)

エネルギー(kcal)	240
たん白質(g)	16.0
脂質(g)	13.0
炭水化物	14.8
ナトリウム(mg)	985 以下
食塩相当量(g)	2.5 以下

塩分控えめ・低たんぱく食
(腎臓病の方むけ)

③ 低たんぱく食

②③は

厚生労働省の定める

「食事療法用宅配食品等栄養指針」

に基づいた献立作成



栄養価基準(おかずのみ)

エネルギー(kcal)	310
たん白質(g)	10.0
脂質(g)	17.0
炭水化物	29.3
ナトリウム(mg)	905 以下
カリウム(mg)	500 以下
リン(mg)	170 以下
食塩相当量(g)	2.3 以下

(特許製法)

④ やわらか食



栄養価基準(おかずのみ)

エネルギー(kcal)	190
たん白質(g)	5~10
食塩相当量(g)	3 以下





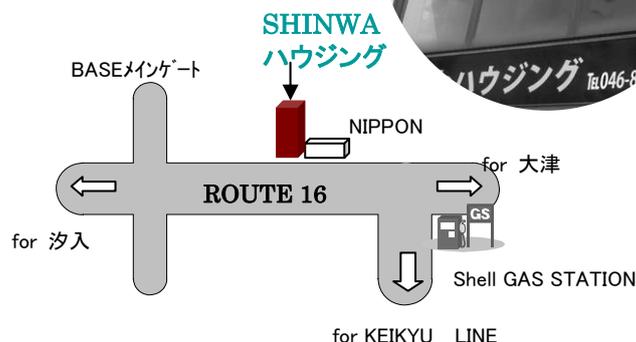
しんわ福祉

居宅介護支援	訪問介護サービス	訪問看護サービス	通院・外出介助サービス
<ul style="list-style-type: none"> ケアプラン作成 介護認定の申請代行 	<ul style="list-style-type: none"> 調理、洗濯、掃除、買い物 食事、排泄、入浴、清拭 	<ul style="list-style-type: none"> 看護師が訪問 必要に応じてリハビリ 	<ul style="list-style-type: none"> 病院への通院や院内介助 病院、施設への入退院に 買い物やお散歩
デイサービス	福祉用具レンタル・販売	有料老人ホーム	しんわピノキオ保育ランド
<ul style="list-style-type: none"> 日常動作訓練、リハビリ 入浴 疾病予防に 外出、レクリエーション 	<ul style="list-style-type: none"> 介護用具全般 適した福祉用具選びを提案 祝日も営業 	<ul style="list-style-type: none"> 家庭的なホーム ケアプランは行ないます 	少人数制による行き届いた保育 働くお母さんはもちろん、お仕事されていない方でもご利用できます 横須賀市安浦町 3-43-17 TEL:046(854)4990
ローソンストア 100 公郷町店	本家かまどやしんわ安浦店	しんわ弁当	しんわ全人クリニック
24時間営業・新鮮！安心！ いつでも 100円 横須賀市公郷町 2-11-8 TEL:046(850)6936	炊きたてのご飯に出来たての おかず真心こめて 横須賀市安浦町 3-24 TEL:046(820)2780	<ul style="list-style-type: none"> 無添加で栄養バランスを考えた和食中心のメニュー 糖尿病や肥満でお悩みの特別メニューもご用意 	内科・小児科・リハビリ科 院長 浅賀久照 横須賀市富士見町 1-5 TEL:046(827)1940
しんわクリーンサービス	SHINWA フィットネスジム	しんわ高橋自動車	しんわ福祉サービス松崎
生活便利アドバイザー <ul style="list-style-type: none"> 草刈り 買物代行 荷物運び ゴミ処理 掃除 害虫駆除 	<ul style="list-style-type: none"> ☆ヨガ教室☆総合格闘技教室 ☆マシーントレーニング 横須賀市公郷町 2-11-8 TEL:046(851)1205	店長 高橋誠吾 横須賀市日の出町 3-13 TEL:046(823)0412	<ul style="list-style-type: none"> ・デイサービス・訪問介護 ・ケアプラン 温泉が大好評 静岡県賀茂郡松崎町江奈 574-3 TEL:0558(43)3100

不動産賃貸・売買・仲介・不動産コンサルティング
(有) SGC

しんわハウジング

- ☆学生さん向けの物件も豊富
- ☆ベース向賃貸物件募集中



〒238-0041 横須賀市本町1-15
 TEL: 046-826-2326
 営業時間: 9:00~18:00 休日: 日曜日

新規職員大募集!

施設介護職員

資格: ヘルパー2級以上
 時間: 24時間4交代制 (週40時間)
 給与: 月給174,000円~(夜勤手当別途)

介護施設内のお手伝い

資格: 無資格可
 時間: 1日3時間以上(応相談)
 時給: 820円~

訪問看護師(常勤・非常勤)

資格: 50歳位まで 看護師資格(正.准いずれ可)
 時間: 8:30~17:30
 給与: 月給250,000円~275,000 資格経験による

指定居宅介護支援事業所 指定訪問介護事業所 指定訪問看護事業所 指定訪問入浴介護事業所 指定福祉用具貸与事業所

看護・介護について
心をこめて、お手伝いします。

しんわ福祉サービス

TEL:046(828)5030

〒238-0012 横須賀市安浦町3-17