

月間献立予定表（惣菜）

デリケア株式会社

日付	朝食	昼食	夕食	小鉢 デザート
2/1 (水)	米飯 温野菜サラダ きのこソテー	米飯 白身魚の香り揚げ しろなのお浸し 味噌汁(大根・ねぎ)	米飯 豚肉のトウチジャン炒め オクラの和え物 卵の花 味噌汁(香菊)	れんこん金平 デザート(ピーチゼリー)
2/2 (木)	米飯 マカロニサラダ フロッコリーのソテー	米飯 親子とじ(鶏) ほうれん草のかき醤油和え 味噌汁(里芋・ねぎ)	米飯 赤魚の幽庵焼き はくさいの浅漬け ピーマンの炒め物 清し汁(そうめん・ねぎ)	ひじきの煮物 デザート(プリン)
2/3 (金)	米飯 ベーコンエッグ スナッフえんどうの炒め物	米飯 豚バラとかぶらの煮物 いんげんのピーナツ和え 味噌汁(キャベツ)	散らし寿司 小松菜のお浸し 五目煮豆 清し汁(かまぼこ・みつば)	茄子の揚げ浸し デザート(ハインゼリー)
2/4 (土)	米飯 チンゲン菜のソテー ビーンズサラダ	オムライス きゅうりのピクルス コンソメスープ	米飯 タラと野菜のおろしソース もやし中華和え ねぎ焼き 味噌汁(玉ねぎ・人参)	和風スバゲティ デザート(抹茶ゼリー)
2/5 (日)	米飯 肉団子のコンソメ煮 じゃこピーマン	米飯 鶏肉の唐揚げ 春菊の日和え 清し汁(えのき・ねぎ)	米飯 ふり野菜の炊き合わせ もすく和え 切干大根の煮物 味噌汁(わかめ・ねぎ)	蒸ししゅうまい デザート(オレンジゼリー)
2/6 (月)	米飯 スクランブルエッグ はくさいの炒め物	米飯 海老チリ チョリキサラダ ワンタンスープ	米飯 豚肉の照りマヨ炒め ほうれん草のお浸し かぼちゃの煮物 味噌汁(あおさ)	きのこソテー デザート(ライチミルクゼリー)
2/7 (火)	米飯 じゃがいものソテー オニオンサラダ	米飯 鮭の酒粕焼き しろなのお浸し 清し汁(トコロ昆布・ねぎ)	ひじきの炊き込みご飯 すき焼き(牛) いんげんの梅肉和え 味噌汁(大根・ねぎ)	カリフラワーの炒め物 デザート(アゼロラゼリー)
2/8 (水)	米飯 さつまいもサラダ ピーマンのソテー	米飯 いかと里芋の煮物 チンゲン菜のお浸し 味噌汁(玉ねぎ・人参)	米飯 ◆あじの大葉フライ アジエんどうのこま油和え 大豆の煮物 味噌汁(小松菜)	卵の花 デザート(クアハゼリー)
2/9 (木)	米飯 オムレツ 大根サラダ	米飯 鴨そば ほうれん草のおかか和え デザート(ハイン缶)	米飯 牛肉の山椒炒め きゅうりとしらすの酢の物 茄子の煮物 味噌汁(わかめ・ねぎ)	金平ごぼう デザート(ヌロンゼリー)
2/10 (金)	米飯 カリフラワーのクリーム煮 いんげんのソテー	ホークカレーライス スナッフえんどうのチーズ和え デザート(白桃缶)	米飯 鶏肉のオレンジマーメレード焼き トマトのマリネ フロッコリーのソテー コーンスープ	温泉卵 デザート(赤ふどうゼリー)
2/11 (土)	米飯 卵とじ ビーンズサラダ	米飯 豚肉といなりの炊き合わせ オクラのかき醤油和え 味噌汁(キャベツ)	米飯 メバルの照り焼き ほうれん草の酢味噌和え 野菜コロッケ 清し汁(トコロ昆布・ねぎ)	れんこんの炒め物 デザート(マンゴーゼリー)
2/12 (日)	米飯 マカロニサラダ スナッフえんどうの炒め物	米飯 カレイの野菜あんかけ チンゲン菜の香味和え 味噌汁(あおさ)	中華風炊き込みご飯 水きょうさ アロカの中華和え きゅうりの浅漬け	じゃこピーマン デザート(リンゴゼリー)
2/13 (月)	米飯 シャーマンポテト ごぼうサラダ	米飯 ◆豆乳ラーメン いんげんのピーナツ和え デザート(みかん缶)	米飯 フカの生妻煮 春菊の柚子和え ひじきの煮物 味噌汁(しめじ・ねぎ)	ねぎ焼き デザート(カシスゼリー)
2/14 (火)	米飯 ウィンナーのコンソメ煮 カリフラワーの炒め物	米飯 白身魚の桜揚げ ほうれん草のソテー 味噌汁(わかめ・ねぎ)	米飯 豆腐ハンバーグ もすく和え ピーマンとちくわの甘辛炒め 味噌汁(はくさい)	長芋のしば漬け和え デザート(ハインゼリー)
2/15 (水)	米飯 ハムエッグ しろなの塩だれ炒め	米飯 カリバタチキン きゅうりのサラダ コンソメスープ	米飯 さわらの幽庵焼き チンゲン菜のからし和え れんこんのそぼろ煮 味噌汁(里芋・ねぎ)	ナポリタン デザート(紅茶ゼリー)

月間献立予定表（惣菜）

デリケア備後木工場

日付	朝食	昼食	夕食	小鉢 デザート
2/16 (木)	米飯 さつまいもサラダ キャベツのソテー	米飯 豚肉のはちみつ炒め スナッフえんどうのごま油和え 味噌汁(えのぎ・ねぎ)	米飯 ◆さばの煮食い 春菊のかき醤油和え 加子の甘辛炒め ◆のりふで(のり入清し汁)	かぼちゃの煮物 デザート(杏仁豆腐)
2/17 (金)	米飯 スクランブルエッグ カリフラワーのドレッシング和え	米飯 筑前煮(鶏) オクラの梅おかか和え 味噌汁(なめこ・ねぎ)	米飯 赤魚の照り焼き 小松菜のお浸し 大根の生姜かに棒あんかけ 清し汁(そうめん・ねぎ)	ミニお好み焼き デザート(プリン)
2/18 (土)	米飯 チキンボールのクリーム煮 いんげんのカレーソテー	米飯 ◆ヒーマン肉詰めフライ ほうれん草の胡麻和え 味噌汁(椎茸・ねぎ)	米飯 八宝菜(豚) きゅうりのゆかり和え じゃがいもの炒め物 中華スープ	ひじきの煮物 デザート(ピーチゼリー)
2/19 (日)	米飯 チンゲン菜の炒め物 ピーンスサラダ	米飯 焼きそば かぶの煮物 味噌汁(わかめ・ねぎ)	米飯 木の葉とじ なめこのおろし和え 春菊の煮浸し 味噌汁(里芋・ねぎ)	もやし中華和え デザート(ライチミルクゼリー)
2/20 (月)	米飯 マカロニソテー こほうサラダ	米飯 ホキの味噌漬け焼き もずく和え 清し汁(トコロ昆布・ねぎ)	米飯 豚肉の甘辛炒め フロッコリーのレモン和え いとこ煮 味噌汁(大根・ねぎ)	肉まん デザート(抹茶ゼリー)
2/21 (火)	米飯 加子のミートソース煮 キャベツのソテー	米飯 おでん はくさいの浅漬け 味噌汁(えのぎ・ねぎ)	米飯 鶏肉のカレー照り焼き しろな香味和え 揚げた豆腐 味噌汁(さつまいも・ねぎ)	人参しりしり デザート(オレンジゼリー)
2/22 (水)	米飯 ワインナーのコンソメ煮 のり塩ポテト	米飯 ◆白味噌カレー(鶏)(C-8お入) じゃこヒーマン デザート(みかん缶)	米飯 かぼちゃコロッケ 金平ほう きゅうりとかに棒の和え物 味噌汁(油揚げ・ねぎ)	厚焼き卵 デザート(アセロラゼリー)
2/23 (木)	米飯 卵とじ 小松菜の炒め物	ハヤシライス(牛) ハフリカのピクルス デザート(黄桃缶)	米飯 しまほっけの塩焼き オクラの和え物 長手の醤油炒め 味噌汁(春菊)	いんげんのソテー デザート(クアハゼリー)
2/24 (金)	米飯 シャーマンポテト ヒーマンの炒め物	米飯 豚肉の生姜炒め チンゲン菜のお浸し 味噌汁(わかめ・ねぎ)	米飯 タラと野菜の特製ごまだれ ひじきサラダ カリフラワーのソテー 味噌汁(椎茸・ねぎ)	豆腐のフライ デザート(ヌロンゼリー)
2/25 (土)	米飯 ハムエッグ フロッコリーのクリーム煮	米飯 カレイの西京焼き キャベツのごま油和え 清し汁(そうめん・ねぎ)	米飯 肉団子の甘酢あん サーサイ和え さつまいもの煮物 中華スープ	茄子の揚げ浸し デザート(赤ふどうゼリー)
2/26 (日)	米飯 スナッフえんどうの炒め物 こほうサラダ	米飯 豆腐チャンフルー(豚) 長手の昆布和え 味噌汁(あおさ)	米飯 鮭のムニエル トマトのマリネ 和風スパゲティ コンソメスープ	ミニお好み焼き デザート(マンゴーゼリー)
2/27 (月)	米飯 かぼちゃサラダ はくさいのソテー	米飯 さわらの南部焼き きゅうりの梅肉和え 清し汁(そうめん・ねぎ)	米飯 ◆麻婆茄子(C-8お入) しろなのナムル 蒸ししゅうまい 中華スープ	高野豆腐の煮物 デザート(カシスゼリー)
2/28 (火)	米飯 卵とじ カリフラワーのドレッシング和え	米飯 牛肉のカレー炒め もずく和え 味噌汁(なめこ・ねぎ)	米飯 さばの味噌煮 さつまいもの塩だれ炒め 小松菜の胡麻和え 清し汁(わかめ・ねぎ)	いんげんの煮浸し デザート(紅茶ゼリー)

＜献立表＞

現場 : デリケア(株)茨木工場

献立種類 : 惣菜(通常/A)

年月日 : 2023年2月1日(水) ~ 2023年2月7日(火)

	水 1	木 2	金 3	土 4	日 5	月 6	火 7
朝食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	温野菜サラダ	マカロニサラダ	ベーコンエッグ	チンゲン菜のソテー	肉団子のコンソメ煮	スクランブルエッグ	じゃがいものソテー
	きのこソテー	ブロッコリーのソテー	スナッフえんどうの炒め物	ビーンズサラダ	じゃこピーマン	はくさいの炒め物	オニオンサラダ
	エネルギー 378 kcal 蛋白質 7.4 g 食塩 0.9 g	エネルギー 400 kcal 蛋白質 8.9 g 食塩 0.7 g	エネルギー 413 kcal 蛋白質 14.3 g 食塩 0.9 g	エネルギー 359 kcal 蛋白質 9.4 g 食塩 0.8 g	エネルギー 372 kcal 蛋白質 12.1 g 食塩 1.7 g	エネルギー 395 kcal 蛋白質 13.5 g 食塩 0.8 g	エネルギー 378 kcal 蛋白質 8.0 g 食塩 0.9 g
昼食	米飯	米飯	米飯	オムライス	米飯	米飯	米飯
	白身魚の香り揚げ	親子とじ(鶏)	豚バラとかぶらの煮物	きゅうりのピクルス	鶏肉の唐揚げ	海老チリ	鮭の酒粕焼き
	しろなのお浸し	ほうれん草のかき醤油和え	いんげんのピーナツ和え	コンソメスープ	春菊の白和え	チョレギサラダ	しろなの磯辺和え
	味噌汁(大根・ねぎ)	味噌汁(里芋・ねぎ)	味噌汁(キャベツ)		清し汁(えのき・ねぎ)	ワンタンスープ	清し汁(トロロ昆布・ねぎ)
エネルギー 531 kcal 蛋白質 20.0 g 食塩 1.8 g	エネルギー 565 kcal 蛋白質 25.2 g 食塩 3.4 g	エネルギー 649 kcal 蛋白質 20.7 g 食塩 2.3 g	エネルギー 546 kcal 蛋白質 11.2 g 食塩 4.3 g	エネルギー 602 kcal 蛋白質 35.6 g 食塩 2.5 g	エネルギー 503 kcal 蛋白質 12.1 g 食塩 3.3 g	エネルギー 388 kcal 蛋白質 21.6 g 食塩 3.3 g	
夕食	米飯	米飯	散らし寿司	米飯	米飯	米飯	ひじきの炊き込みご飯
	豚肉のトウチジャン炒め	赤魚の幽庵焼き	小松菜のお浸し	タラと野菜のおろしソース	ぶりと野菜の炊き合わせ	豚肉の照りマヨ炒め	すき焼き(牛)
	オクラの和え物	はくさいの浅漬け	五目煮豆	もやし中華和え	もずく和え	ほうれん草のお浸し	いんげんの梅肉和え
	卵の花	ピーマンの炒め物	清し汁(かまぼこ・みつば)	ねぎ焼き	切干大根の煮物	かぼちゃの煮物	味噌汁(大根・ねぎ)
味噌汁(春菊)	清し汁(そうめん・ねぎ)		味噌汁(玉ねぎ・人参)	味噌汁(わかめ・ねぎ)	味噌汁(あおさ)		
エネルギー 597 kcal 蛋白質 25.6 g 食塩 4.2 g	エネルギー 469 kcal 蛋白質 21.3 g 食塩 3.3 g	エネルギー 488 kcal 蛋白質 20.5 g 食塩 4.1 g	エネルギー 438 kcal 蛋白質 23.3 g 食塩 3.4 g	エネルギー 524 kcal 蛋白質 18.8 g 食塩 3.5 g	エネルギー 594 kcal 蛋白質 26.0 g 食塩 3.1 g	エネルギー 589 kcal 蛋白質 21.6 g 食塩 7.0 g	
単品小	れんこん金平	ひじきの煮物	茄子の揚げ浸し	和風スバゲティ	蒸ししゅうまい	きのこソテー	カリフラワーの炒め物
	エネルギー 62 kcal 蛋白質 0.8 g 食塩 0.4 g	エネルギー 49 kcal 蛋白質 1.6 g 食塩 0.8 g	エネルギー 47 kcal 蛋白質 1.0 g 食塩 0.4 g	エネルギー 80 kcal 蛋白質 2.3 g 食塩 0.4 g	エネルギー 82 kcal 蛋白質 1.6 g 食塩 0.4 g	エネルギー 45 kcal 蛋白質 2.6 g 食塩 0.5 g	エネルギー 47 kcal 蛋白質 2.5 g 食塩 0.5 g
単品デ	デザート(ピーチゼリー)	デザート(プリン)	デザート(パインゼリー)	デザート(抹茶ゼリー)	デザート(オレンジゼリー)	デザート(ライチミルクゼリー)	デザート(アセロラゼリー)
	エネルギー 46 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	エネルギー 82 kcal 蛋白質 1.6 g 食塩 0.2 g	エネルギー 46 kcal 蛋白質 0.1 g 食塩 0.3 g	エネルギー 57 kcal 蛋白質 1.1 g 食塩 0.1 g	エネルギー 47 kcal 蛋白質 0.2 g 食塩 0.3 g	エネルギー 49 kcal 蛋白質 0.8 g 食塩 0.3 g	エネルギー 39 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g
	エネルギー 1614 kcal 蛋白質 53.8 g 食塩 7.6 g	エネルギー 1565 kcal 蛋白質 58.6 g 食塩 8.4 g	エネルギー 1643 kcal 蛋白質 56.6 g 食塩 8.0 g	エネルギー 1480 kcal 蛋白質 47.3 g 食塩 9.0 g	エネルギー 1627 kcal 蛋白質 68.3 g 食塩 8.4 g	エネルギー 1586 kcal 蛋白質 55.0 g 食塩 8.0 g	エネルギー 1441 kcal 蛋白質 53.7 g 食塩 12.0 g

〈献立表〉

現場 : デリケア(株)茨木工場

献立種類 : 惣菜(通常/A)

年月日 : 2023年2月8日(水) ~ 2023年2月14日(火)

	水 8	木 9	金 10	土 11	日 12	月 13	火 14
朝食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	さつまいもサラダ	オムレツ	カリフラワーのクリーム煮	卵とじ	マカロニサラダ	ジャーマンポテト	ウインナーのコンソメ煮
	ピーマンのソテー	大根サラダ	いんげんのソテー	ビーンズサラダ	スナッパえんどうの炒め物	ごぼうサラダ	カリフラワーの炒め物
	エネルギー 457 kcal 蛋白質 6.7 g 食塩 0.8 g	エネルギー 366 kcal 蛋白質 11.2 g 食塩 1.3 g	エネルギー 343 kcal 蛋白質 8.8 g 食塩 1.2 g	エネルギー 424 kcal 蛋白質 14.4 g 食塩 1.0 g	エネルギー 385 kcal 蛋白質 8.6 g 食塩 0.7 g	エネルギー 387 kcal 蛋白質 8.4 g 食塩 1.2 g	エネルギー 366 kcal 蛋白質 9.1 g 食塩 1.0 g
昼食	米飯	米飯	ポークカレーライス	米飯	米飯	米飯	米飯
	いかと里芋の煮物	鴨そば	スナッパえんどうのチーズ和え	豚肉といなりの炊き合わせ	カレーの野菜あんかけ	◆豆乳ラーメン	白身魚の桜揚げ
	チンゲン菜のお浸し	ほうれん草のおかか和え	デザート(白桃缶)	オクラのかき醤油和え	チンゲン菜の香味和え	いんげんのピーナツ和え	ほうれん草のソテー
	味噌汁(玉ねぎ・人参)	デザート(パイン缶)		味噌汁(キャベツ)	味噌汁(あおさ)	デザート(みかん缶)	味噌汁(わかめ・ねぎ)
エネルギー 447 kcal 蛋白質 21.3 g 食塩 3.3 g	エネルギー 563 kcal 蛋白質 16.4 g 食塩 4.2 g	エネルギー 641 kcal 蛋白質 21.6 g 食塩 4.1 g	エネルギー 444 kcal 蛋白質 20.0 g 食塩 2.9 g	エネルギー 489 kcal 蛋白質 23.3 g 食塩 3.3 g	エネルギー 660 kcal 蛋白質 23.2 g 食塩 5.0 g	エネルギー 561 kcal 蛋白質 23.3 g 食塩 1.8 g	
夕食	米飯	米飯	米飯	米飯	中華風炊き込みご飯	米飯	米飯
	◆あじの大葉フライ	牛肉の山椒炒め	鶏肉のオレンジマーマレード焼き	メバルの照り焼き	水ぎょうざ	フカの生姜煮	豆腐ハンバーグ
	スナッパえんどうのごま油和え	きゅうりとしらすの酢の物	トマトのマリネ	ほうれん草の酢味噌和え	ブロッコリーの中華和え	春菊の柚子和え	もずく和え
	大豆の煮物	茄子の煮物	ブロッコリーのソテー	野菜コロッケ	きゅうりの浅漬け	ひじきの煮物	ピーマンとちくわの甘辛炒め
味噌汁(小松菜)	味噌汁(わかめ・ねぎ)	コーンスープ	清し汁(トロロ昆布・ねぎ)		味噌汁(しめじ・ねぎ)	味噌汁(はくさい)	
エネルギー 532 kcal 蛋白質 19.2 g 食塩 3.4 g	エネルギー 574 kcal 蛋白質 22.5 g 食塩 3.5 g	エネルギー 700 kcal 蛋白質 27.3 g 食塩 4.8 g	エネルギー 525 kcal 蛋白質 21.9 g 食塩 2.4 g	エネルギー 518 kcal 蛋白質 19.8 g 食塩 5.3 g	エネルギー 412 kcal 蛋白質 10.2 g 食塩 4.2 g	エネルギー 477 kcal 蛋白質 15.3 g 食塩 3.2 g	
単品小	卵の花	金平ごぼう	温泉卵	れんこんの炒め物	じゃこピーマン	ねぎ焼き	長芋のしば漬け和え
	エネルギー 68 kcal 蛋白質 2.0 g 食塩 0.7 g	エネルギー 62 kcal 蛋白質 0.9 g 食塩 0.4 g	エネルギー 94 kcal 蛋白質 7.5 g 食塩 0.4 g	エネルギー 75 kcal 蛋白質 1.8 g 食塩 0.6 g	エネルギー 54 kcal 蛋白質 3.6 g 食塩 0.9 g	エネルギー 36 kcal 蛋白質 1.7 g 食塩 0.7 g	エネルギー 28 kcal 蛋白質 1.0 g 食塩 0.2 g
単品デ	デザート(グアバゼリー)	デザート(メロンゼリー)	デザート(赤ぶどうゼリー)	デザート(マンゴーゼリー)	デザート(リンゴゼリー)	デザート(カシスゼリー)	デザート(パインゼリー)
	エネルギー 44 kcal 蛋白質 0.1 g 食塩 0.3 g	エネルギー 47 kcal 蛋白質 0.1 g 食塩 0.3 g	エネルギー 47 kcal 蛋白質 0.1 g 食塩 0.3 g	エネルギー 45 kcal 蛋白質 0.1 g 食塩 0.3 g	エネルギー 45 kcal 蛋白質 0.1 g 食塩 0.3 g	エネルギー 39 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	エネルギー 46 kcal 蛋白質 0.1 g 食塩 0.3 g
エネルギー 1548 kcal 蛋白質 49.3 g 食塩 8.5 g	エネルギー 1612 kcal 蛋白質 51.1 g 食塩 9.7 g	エネルギー 1825 kcal 蛋白質 65.3 g 食塩 10.8 g	エネルギー 1513 kcal 蛋白質 58.2 g 食塩 7.2 g	エネルギー 1491 kcal 蛋白質 55.4 g 食塩 10.5 g	エネルギー 1534 kcal 蛋白質 43.5 g 食塩 11.4 g	エネルギー 1478 kcal 蛋白質 48.8 g 食塩 6.5 g	

〈献立表〉

現場 : デリケア(株)茨木工場

献立種類 : 惣菜(通常/A)

年月日 : 2023年2月15日(水) ~ 2023年2月21日(火)

	水 15	木 16	金 17	土 18	日 19	月 20	火 21
朝食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	ハムエッグ	さつまいもサラダ	スクランブルエッグ	チキンボールのクリーム煮	チンゲン菜の炒め物	マカロニソテー	茄子のミートソース煮
	しろなの塩だれ炒め	キャベツのソテー	カリフラワーのドレッシング和え	いんげんのカレーソテー	ピーズサラダ	ごぼうサラダ	キャベツのソテー
	1食当り - 384 kcal 蛋白質 13.0 g 食塩 0.9 g	1食当り - 456 kcal 蛋白質 6.9 g 食塩 0.8 g	1食当り - 415 kcal 蛋白質 15.2 g 食塩 0.9 g	1食当り - 375 kcal 蛋白質 9.9 g 食塩 1.5 g	1食当り - 376 kcal 蛋白質 9.0 g 食塩 0.8 g	1食当り - 379 kcal 蛋白質 8.1 g 食塩 0.8 g	1食当り - 354 kcal 蛋白質 7.7 g 食塩 0.9 g
昼食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	ガリバタチキン	豚肉のはちみつ炒め	筑前煮(鶏)	◆ピーマン肉詰めフライ	焼きそば	ホキの味噌漬け焼き	おでん
	きゅうりのサラダ	スナップえんどうのごま油和え	オクラの梅おかか和え	ほうれん草の胡麻和え	かぶの煮物	もずく和え	はくさいの浅漬け
	コンソメスープ	味噌汁(えのき・ねぎ)	味噌汁(なめこ・ねぎ)	味噌汁(椎茸・ねぎ)	味噌汁(わかめ・ねぎ)	清し汁(トコロ昆布・ねぎ)	味噌汁(えのき・ねぎ)
1食当り - 472 kcal 蛋白質 23.4 g 食塩 3.0 g	1食当り - 533 kcal 蛋白質 23.8 g 食塩 2.8 g	1食当り - 533 kcal 蛋白質 22.6 g 食塩 3.5 g	1食当り - 432 kcal 蛋白質 11.5 g 食塩 2.4 g	1食当り - 568 kcal 蛋白質 18.1 g 食塩 4.2 g	1食当り - 366 kcal 蛋白質 17.7 g 食塩 2.4 g	1食当り - 442 kcal 蛋白質 15.8 g 食塩 3.9 g	
夕食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	さわらの幽庵焼き	◆さばの煮食い	赤魚の照り焼き	八宝菜(豚)	木の葉とじ	豚肉の甘辛炒め	鶏肉のカレー照り焼き
	チンゲン菜のからし和え	春菊のかき醤油和え	小松菜のお浸し	きゅうりのゆかり和え	なめこのおろし和え	ブロッコリーのレモン和え	しろなの香味和え
	れんこんのそぼろ煮	茄子の甘辛炒め	大根の生姜かに棒あんかけ	じゃがいもの炒め物	春菊の煮浸し	いとこ煮	揚げだし豆腐
味噌汁(里芋・ねぎ)	◆のりふで(のり入清し汁)	清し汁(そうめん・ねぎ)	中華スープ	味噌汁(里芋・ねぎ)	味噌汁(大根・ねぎ)	味噌汁(さつまいも・ねぎ)	
1食当り - 537 kcal 蛋白質 24.1 g 食塩 3.2 g	1食当り - 512 kcal 蛋白質 20.8 g 食塩 2.4 g	1食当り - 499 kcal 蛋白質 23.1 g 食塩 3.4 g	1食当り - 541 kcal 蛋白質 20.7 g 食塩 3.8 g	1食当り - 464 kcal 蛋白質 19.4 g 食塩 2.9 g	1食当り - 613 kcal 蛋白質 27.1 g 食塩 3.1 g	1食当り - 654 kcal 蛋白質 27.2 g 食塩 3.1 g	
単品小	ナポリタン	かぼちゃの煮物	ミニお好み焼き	ひじきの煮物	もやし中華和え	肉まん	人参しりしり
	1食当り - 102 kcal 蛋白質 2.7 g 食塩 0.5 g	1食当り - 66 kcal 蛋白質 1.8 g 食塩 0.7 g	1食当り - 35 kcal 蛋白質 1.3 g 食塩 0.5 g	1食当り - 53 kcal 蛋白質 1.6 g 食塩 0.8 g	1食当り - 55 kcal 蛋白質 4.3 g 食塩 0.8 g	1食当り - 57 kcal 蛋白質 1.5 g 食塩 0.2 g	1食当り - 57 kcal 蛋白質 2.0 g 食塩 0.3 g
	デザート(紅茶ゼリー)	デザート(杏仁豆腐)	デザート(プリン)	デザート(ピーチゼリー)	デザート(ライチミルクゼリー)	デザート(抹茶ゼリー)	デザート(オレンジゼリー)
1食当り - 48 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	1食当り - 75 kcal 蛋白質 1.2 g 食塩 0.1 g	1食当り - 82 kcal 蛋白質 1.6 g 食塩 0.2 g	1食当り - 46 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	1食当り - 49 kcal 蛋白質 0.8 g 食塩 0.3 g	1食当り - 57 kcal 蛋白質 1.1 g 食塩 0.1 g	1食当り - 47 kcal 蛋白質 0.2 g 食塩 0.3 g	
1食当り - 1543 kcal 蛋白質 63.2 g 食塩 7.9 g	1食当り - 1642 kcal 蛋白質 54.5 g 食塩 6.8 g	1食当り - 1564 kcal 蛋白質 63.8 g 食塩 8.5 g	1食当り - 1447 kcal 蛋白質 43.7 g 食塩 8.8 g	1食当り - 1512 kcal 蛋白質 51.6 g 食塩 9.0 g	1食当り - 1472 kcal 蛋白質 55.5 g 食塩 6.6 g	1食当り - 1554 kcal 蛋白質 52.9 g 食塩 8.5 g	

〈献立表〉

現場 : デリケア(株)茨木工場

献立種類 : 惣菜(通常/A)

年月日 : 2023年2月22日(水) ~ 2023年2月28日(火)

	水 22	木 23	金 24	土 25	日 26	月 27	火 28
朝食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	ウインナーのコンソメ煮	卵とじ	ジャーマンポテト	ハムエッグ	スナップえんどうの炒め物	かぼちゃサラダ	卵とじ
	のり塩ポテト	小松菜の炒め物	ピーマンの炒め物	ブロッコリーのクリーム煮	ごぼうサラダ	はくさいのソテー	カリフラワーのドレッシング和え
	エネルギー 331 kcal 蛋白質 7.1 g 食塩 0.7 g	エネルギー 383 kcal 蛋白質 15.1 g 食塩 1.0 g	エネルギー 337 kcal 蛋白質 7.2 g 食塩 1.2 g	エネルギー 396 kcal 蛋白質 16.3 g 食塩 1.2 g	エネルギー 377 kcal 蛋白質 8.7 g 食塩 0.7 g	エネルギー 427 kcal 蛋白質 7.2 g 食塩 0.8 g	エネルギー 415 kcal 蛋白質 15.5 g 食塩 1.1 g
昼食	米飯	ハヤシライス(牛)	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	◆白味噌クリームチュー(鶏)(G-8才ℓ入)	パプリカのピクルス	豚肉の生姜炒め	カレイの西京焼き	豆腐チャンプルー(豚)	さわらの南部焼き	牛肉のカレー炒め
	じゃこピーマン	デザート(黄桃缶)	チンゲン菜のお浸し	キャベツのごま油和え	長芋の昆布和え	きゅうりの梅肉和え	もずく和え
	デザート(みかん缶)		味噌汁(わかめ・ねぎ)	清し汁(そうめん・ねぎ)	味噌汁(あおさ)	清し汁(そうめん・ねぎ)	味噌汁(なめこ・ねぎ)
エネルギー 601 kcal 蛋白質 21.7 g 食塩 3.5 g	エネルギー 622 kcal 蛋白質 17.0 g 食塩 3.4 g	エネルギー 490 kcal 蛋白質 22.0 g 食塩 2.3 g	エネルギー 405 kcal 蛋白質 22.4 g 食塩 3.2 g	エネルギー 565 kcal 蛋白質 26.6 g 食塩 3.4 g	エネルギー 473 kcal 蛋白質 23.6 g 食塩 2.9 g	エネルギー 514 kcal 蛋白質 19.7 g 食塩 2.4 g	
夕食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	かぼちゃコロッケ	しまほっけの塩焼き	タラと野菜の特製ごまだれ	肉団子の甘酢あん	鮭のムニエル	◆麻婆茄子(G-8才ℓ入)	さばの味噌煮
	金平ごぼう	オクラの和え物	ひじきサラダ	ザーサイ和え	トマトのマリネ	しろなのナムル	さつまいもの塩だれ炒め
	きゅうりとかに棒の和え物	長芋の醤油炒め	カリフラワーのソテー	さつまいもの煮物	和風スパゲティ	蒸ししゅうまい	小松菜の胡麻和え
味噌汁(油揚げ・ねぎ)	味噌汁(春菊)	味噌汁(椎茸・ねぎ)	中華スープ	コンソメスープ	中華スープ	清し汁(わかめ・ねぎ)	
エネルギー 569 kcal 蛋白質 12.7 g 食塩 3.1 g	エネルギー 453 kcal 蛋白質 19.9 g 食塩 2.9 g	エネルギー 520 kcal 蛋白質 24.4 g 食塩 2.7 g	エネルギー 677 kcal 蛋白質 21.5 g 食塩 5.5 g	エネルギー 505 kcal 蛋白質 22.4 g 食塩 3.1 g	エネルギー 546 kcal 蛋白質 16.1 g 食塩 3.9 g	エネルギー 603 kcal 蛋白質 24.4 g 食塩 4.2 g	
単品小	厚焼き卵	いんげんのソテー	豆腐のフライ	茄子の揚げ浸し	ミニお好み焼き	高野豆腐の煮物	いんげんの煮浸し
	エネルギー 69 kcal 蛋白質 4.6 g 食塩 0.7 g	エネルギー 55 kcal 蛋白質 2.4 g 食塩 0.4 g	エネルギー 107 kcal 蛋白質 2.3 g 食塩 0.4 g	エネルギー 47 kcal 蛋白質 1.0 g 食塩 0.4 g	エネルギー 35 kcal 蛋白質 1.3 g 食塩 0.5 g	エネルギー 53 kcal 蛋白質 3.1 g 食塩 0.7 g	エネルギー 19 kcal 蛋白質 1.4 g 食塩 0.5 g
単品デ	デザート(アセロラゼリー)	デザート(グアバゼリー)	デザート(メロンゼリー)	デザート(赤ぶどうゼリー)	デザート(マンゴーゼリー)	デザート(カシスゼリー)	デザート(紅茶ゼリー)
	エネルギー 39 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	エネルギー 44 kcal 蛋白質 0.1 g 食塩 0.3 g	エネルギー 47 kcal 蛋白質 0.1 g 食塩 0.3 g	エネルギー 47 kcal 蛋白質 0.1 g 食塩 0.3 g	エネルギー 45 kcal 蛋白質 0.1 g 食塩 0.3 g	エネルギー 39 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	エネルギー 48 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g
	エネルギー 1609 kcal 蛋白質 46.1 g 食塩 8.3 g	エネルギー 1557 kcal 蛋白質 54.5 g 食塩 8.0 g	エネルギー 1501 kcal 蛋白質 56.0 g 食塩 6.9 g	エネルギー 1572 kcal 蛋白質 61.3 g 食塩 10.6 g	エネルギー 1527 kcal 蛋白質 59.1 g 食塩 8.0 g	エネルギー 1538 kcal 蛋白質 50.0 g 食塩 8.6 g	エネルギー 1599 kcal 蛋白質 61.0 g 食塩 8.5 g