

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
3/1 (水)	米飯 マカロニサラダ ほうれん草のソテー	米飯 ポトフ キャベツの炒め物 デザート(白桃缶)	米飯 あじの焼き南蛮漬け 豆腐のヌカ和え かぶの煮物 清し汁(豆腐・ねぎ)	春雨サラダ ◆腸活ゼリー(抹茶)
3/2 (木)	米飯 スクランブルエッグ 玉ねぎのボン酢和え	ビビンバ(牛) スープ えんどうのチーズ和え わかめスープ	米飯 メバルの照り焼き しるなのおかが和え 大豆の煮物 味噌汁(椎茸・ねぎ)	焼きじゃが ◆腸活ゼリー(ワレライチ)
3/3 (金)	米飯 茄子のミートソース煮 ごぼうサラダ	米飯 白身魚の竜田揚げ ひじきの煮物 味噌汁(長芋・ねぎ)	散らし寿司 菜の花のからし和え 炊き合わせ 粕汁	オクラの和え物 ◆腸活ゼリー(ピーチ)
3/4 (土)	米飯 ほうれん草のソテー オニオンサラダ	米飯 豚ハラ大根 はくさいの梅肉和え 味噌汁(油揚げ・ねぎ)	米飯 ハンバーグ(C-8お仏入り) きゅうりの浅漬け たらこスパゲティ 味噌汁(あおさ)	ピーマンのかき醤油炒め ◆腸活ゼリー(和ワッ)
3/5 (日)	米飯 ベーコンエッグ いんげんのソテー	米飯 海鮮塩ラーメン しるなのお浸し デザート(パイン缶)	米飯 カレイのレモンペッパー焼き 塩たれキャベツ さつまいもの煮物 コンソメスープ	焼き餃子 ◆腸活ゼリー(ワッ)
3/6 (月)	米飯 かぼちゃサラダ れんこんの炒め煮	米飯 タラのトマトソースかけ ◆パプリカのバルサミコ酢マリネ きのごぼろ汁	米飯 牛肉のオイスター炒め 小松菜の柚子和え 茄子の煮物 味噌汁(豆腐・ねぎ)	厚焼き卵 ◆腸活ゼリー(マカッ)
3/7 (火)	米飯 肉団子のコンソメ煮 カリフラワーのソテー	米飯 コロッケ ほうれん草の磯辺和え 味噌汁(椎茸・ねぎ)	米飯 豚肉と大根の胡麻味噌炒め もやしのだんご ねぎ焼き 清し汁(トロロ昆布・ねぎ)	卵の花 ◆腸活ゼリー(紅茶)
3/8 (水)	米飯 オムレツ ピニンスサラダ	米飯 八宝菜(豚) 蒸ししゅつまい 中華スープ	米飯 赤魚の幽庵焼き もすく和え 長芋の醤油炒め 味噌汁(なめこ・ねぎ)	いんげんの中華和え ◆腸活ゼリー(カルピス)
3/9 (木)	米飯 温野菜サラダ スナップえんどうの炒め物	米飯 ホキの味噌漬け焼き オクラの昆布和え 清し汁(わかめ・ねぎ)	米飯 豆腐の卵きのごあんかけ 小松菜の和え物 はくさいの炒め物 味噌汁(さつまいも・ねぎ)	茄子の揚げ浸し ◆腸活ゼリー(巨峰)
3/10 (金)	米飯 シーマンポテト オニオンサラダ	米飯 鶏肉のトウチジャン炒め もやしの香味和え 味噌汁(えのき・ねぎ)	豆ご飯 ぶり大根 シーマンのソテー 味噌汁(里芋・ねぎ)	ミニお好み焼き ◆腸活ゼリー(マンゴー)
3/11 (土)	米飯 卵とじ フロッキーのクリーム煮	米飯 しきほっけの塩麹焼き チンゲン菜の炒め物 味噌汁(油揚げ・ねぎ)	米飯 ミンチカツ オクラのかき醤油和え ひじきの煮物 味噌汁(しめじ・ねぎ)	金平ごぼう 腸活ゼリー(ピーチ)
3/12 (日)	米飯 茄子のミートソース煮 カリフラワーのサラダ	米飯 さわらの南部焼き きゅうりのゆかり和え 味噌汁(しるな)	米飯 豚肉の炒め物 香菊のお浸し かぼちゃの煮物 清し汁(そうめん・ねぎ)	野菜コロッケ 腸活ゼリー(ワレライチ)
3/13 (月)	米飯 菜の花のソテー キャベツの粒マスタード和え	キーマカレー フロッキーのサラダ デザート(みかん缶)	米飯 白身魚の揚げ浸し いんげんのピーナツ和え 厚揚げと大根の煮物 味噌汁(椎茸・ねぎ)	のり塩ポテト 腸活ゼリー(和ワッ)
3/14 (火)	米飯 ハムエッグ ピーマンのソテー	米飯 豚肉と野菜の炊き合わせ 長芋のしぼ漬け和え 味噌汁(えのき・ねぎ)	米飯 鶏肉の照り焼き きゅうりとわかめの酢の物 切干大根の煮物 味噌汁(里芋・ねぎ)	れんこんの炒め物 腸活ゼリー(抹茶)
3/15 (水)	米飯 肉団子のコンソメ煮 大根のドレッシング和え	米飯 ◆鮭じゃが 小松菜のお浸し 味噌汁(あおさ)	米飯 牛肉の山椒炒め しるなの香味和え 茄子の揚げ浸し 味噌汁(わかめ・ねぎ)	かぶらのそぼろ煮 腸活ゼリー(ワッ)

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
3/16 (木)	米飯 スクランブルエッグ ほうれん草の炒め物	米飯 海老フライ ポテトサラダ コンソメスープ	中華風炊き込みご飯 水きょうざ もやし中華和え ザーサイ	カリフラワーの甘酢和え 腸活ゼリー(マカド)
3/17 (金)	米飯 フロッコリーのソテー ビニースラダ	米飯 親子とじ(鶏) いんげんの胡麻和え 味噌汁(油揚げ・ねぎ)	米飯 メバルの煮つけ 春菊の磯辺和え さつまいもの煮物 清し汁(しめじ・ねぎ)	竹の子の土佐煮 腸活ゼリー(紅茶)
3/18 (土)	米飯 こほうサラダ じゃこピーマン	米飯 豚平焼き 菜の花のお浸し 味噌汁(なめこ・ねぎ)	米飯 ホキの西京焼き かぶのかに棒あんかけ かつえんどうのおかか和え 清し汁(トロロ昆布・ねぎ)	茄子の煮物 腸活ゼリー(カルピス)
3/19 (日)	米飯 シャーマンポテト ほうれん草のソテー	米飯 麻婆豆腐(C-8材入) もやしのナムル 生姜スープ	米飯 あじのなめろうフライ フロッコリーのこま和え 大豆梅えび 味噌汁(わかめ・ねぎ)	蒸ししゅうまい 腸活ゼリー(巨峰)
3/20 (月)	米飯 卵とじ カリフラワーのドレッシング和え	米飯 赤魚の照り焼き 塩たれきゅうり 味噌汁(はくさい)	米飯 手子煮(牛) しろなからし和え ピーマンの甘辛炒め 味噌汁(あおさ)	ひじきの煮物 腸活ゼリー(マンゴー)
3/21 (火)	米飯 いんげんの炒め物 玉ねぎのボン酢和え	米飯 鶏肉の唐揚げ 香菊のピーナツ和え 味噌汁(豆腐・ねぎ)	◆洋風さつまいもご飯 ホークチャップ 春雨サラダ コンソメスープ	大根の煮物 腸活ゼリー(ピーチ)
3/22 (水)	米飯 ハムエッグ スナックえんどうのソテー	米飯 きつねうどん オクラの昆布和え デザート(みかん缶)	米飯 しまほっけの塩焼き 小松菜のお浸し 卵の花 味噌汁(えのき・ねぎ)	れんこん金平 腸活ゼリー(リフィイ)
3/23 (木)	米飯 茄子のミートソース煮 じゃこピーマン	米飯 おでん もずく和え 味噌汁(椎茸・ねぎ)	米飯 白身魚の南蛮漬け カリフラワーのソテー ほうれん草の香味和え 味噌汁(里芋・ねぎ)	はくさいの炒め物 腸活ゼリー(抹茶)
3/24 (金)	米飯 スクランブルエッグ オニオンサラダ	米飯 ぶりの照り焼き スナックえんどうの梅肉和え 清し汁(トロロ昆布・ねぎ)	米飯 豚肉の生姜炒め こほうのすんだ和え 切干大根の煮物 味噌汁(さつまいも・ねぎ)	高野豆腐の煮物 腸活ゼリー(和カサ)
3/25 (土)	米飯 肉団子のコンソメ煮 チンゲン菜のソテー	米飯 寄せ鍋(牛) 長芋のしば漬け和え 味噌汁(なめこ・ねぎ)	米飯 鶏肉のオレンジマーマレード焼き ポテトサラダ フロッコリーの炒め物 ◆オードミル入りミネストローネ	卵とじ 腸活ゼリー(バナナ)
3/26 (日)	米飯 ハムエッグ こほうの炒め煮	ホークカレーライス チーズサラダ デザート(黄桃缶)	米飯 タラと野菜のおろしソース ほうれん草のきなこ味噌和え 茄子の揚げ浸し 清し汁(そつめん・ねぎ)	きのこソテー 腸活ゼリー(マカド)
3/27 (月)	米飯 マカロニサラダ スナックえんどうのソテー	米飯 とんかつ 小松菜とたくあん炒め物 味噌汁(玉ねぎ・人参)	米飯 さばの塩焼き オクラのかき醤油和え かぼちゃの煮物 味噌汁(油揚げ・ねぎ)	パプリカのピクルス 腸活ゼリー(紅茶)
3/28 (火)	米飯 卵とじ きゅうりのサラダ	米飯 いかと厚揚げのチリソースかけ ねぎ焼き 中華スープ	米飯 さわらの胡麻照り焼き 春菊のおかか和え 大豆の煮物 味噌汁(大根・ねぎ)	キャベツのザーサイ和え 腸活ゼリー(カルピス)
3/29 (水)	米飯 ヒーマンのソテー れんこんサラダ	米飯 鮭のムニエル フロッコリーのミニマスト和え コンソメスープ	あさりご飯 筑前煮(鶏) いんげんのピーナツ和え 味噌汁(あおさ)	和風スバゲティ 腸活ゼリー(巨峰)
3/30 (木)	米飯 ベーコンエッグ オニオンサラダ	米飯 豚肉の甘辛炒め きゅうりの浅漬け 味噌汁(わかめ・ねぎ)	米飯 フカの煮つけ 春雨のたらこ和え 菜の花のソテー 味噌汁(しめじ・ねぎ)	卵の花 腸活ゼリー(マンゴー)
3/31 (金)	米飯 ビニースラダ 小松菜のソテー	米飯 ◆つけけんちんそば(豚) しろなからし和え デザート(ハイン缶)	米飯 鶏肉の酒粕焼き もずく和え 野菜コロッケ 清し汁(豆腐・ねぎ)	◆そぼろ納豆 腸活ゼリー(ピーチ)

＜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3月1日(水) ~ 2023年3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
	マカロニサラダ	スクランブルエッグ	茄子のミートソース煮	ほうれん草のソテー	ベーコンエッグ	かぼちゃサラダ	肉団子のコンソメ煮
	ほうれん草のソテー	玉ねぎのポン酢和え	ごぼうサラダ	オニオンサラダ	いんげんのソテー	れんこんの炒め煮	カリフラワーのソテー
	1 I kcal 蛋白質 7.8 g 食塩 0.8 g	2 I kcal 蛋白質 12.3 g 食塩 1.1 g	3 I kcal 蛋白質 8.1 g 食塩 0.9 g	4 I kcal 蛋白質 8.4 g 食塩 0.8 g	5 I kcal 蛋白質 13.5 g 食塩 0.9 g	6 I kcal 蛋白質 6.2 g 食塩 0.7 g	7 I kcal 蛋白質 11.6 g 食塩 1.2 g
昼食	米飯	ピビンバ丼(牛)	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	ポトフ	ｽｯｯ えんどうのチーズ和え	白身魚の竜田揚げ	豚バラ大根	海鮮塩ラーメン	タラのトマトソースかけ	コロッケ
	キャベツの炒め物	わかめスープ	ひじきの煮物	はくさいの梅肉和え	しろなのお浸し	◆パプリカのバルサミコ酢マリネ	ほうれん草の磯辺和え
	デザート(白桃缶)	味噌汁(長芋・ねぎ)	味噌汁(油揚げ・ねぎ)	デザート(パイ缶)	きのこポタージュ	味噌汁(椎茸・ねぎ)	
	1 I kcal 蛋白質 13.2 g 食塩 2.6 g	2 I kcal 蛋白質 18.5 g 食塩 3.4 g	3 I kcal 蛋白質 19.0 g 食塩 2.4 g	4 I kcal 蛋白質 19.5 g 食塩 3.0 g	5 I kcal 蛋白質 16.8 g 食塩 6.8 g	6 I kcal 蛋白質 18.7 g 食塩 3.4 g	7 I kcal 蛋白質 12.5 g 食塩 3.3 g
夕食	米飯	米飯	散らし寿司	米飯	米飯	米飯	米飯
	あじの焼き南蛮漬け	メバルの照り焼き	菜の花のからし和え	ハンバーグ(C-8オイルソース)	カレイのレモンペッパー焼き	牛肉のオリーブソース炒め	豚肉と大根の胡麻味噌炒め
	ニラのスタ和え	しろなのおかか和え	炊き合わせ	きゅうりの浅漬け	塩だれキャベツ	小松菜の柚子和え	もやしのナムル
	かぶの煮物	大豆の煮物	粕汁	たらこスパゲティ	さつまいもの煮物	茄子の煮物	ねぎ焼き
	清し汁(豆腐・ねぎ)	味噌汁(椎茸・ねぎ)	味噌汁(あおさ)	味噌汁(あおさ)	コンソメスープ	味噌汁(豆腐・ねぎ)	清し汁(トロロ昆布・ねぎ)
	1 I kcal 蛋白質 24.1 g 食塩 3.6 g	2 I kcal 蛋白質 26.4 g 食塩 3.1 g	3 I kcal 蛋白質 24.0 g 食塩 4.7 g	4 I kcal 蛋白質 17.5 g 食塩 4.6 g	5 I kcal 蛋白質 22.7 g 食塩 3.5 g	6 I kcal 蛋白質 23.7 g 食塩 4.4 g	7 I kcal 蛋白質 26.1 g 食塩 4.2 g
単品小	春雨サラダ	焼きじゃが	オクラの和え物	ピーマンのかき醤油炒め	焼き餃子	厚焼き卵	卵の花
	1 I kcal 蛋白質 0.6 g 食塩 0.2 g	2 I kcal 蛋白質 1.1 g 食塩 0.7 g	3 I kcal 蛋白質 2.3 g 食塩 1.0 g	4 I kcal 蛋白質 1.6 g 食塩 0.7 g	5 I kcal 蛋白質 2.3 g 食塩 0.3 g	6 I kcal 蛋白質 4.6 g 食塩 0.7 g	7 I kcal 蛋白質 2.0 g 食塩 0.7 g
単品テ	◆腸活ゼリー(抹茶)	◆腸活ゼリー(ソルティイチ)	◆腸活ゼリー(ピーチ)	◆腸活ゼリー(オレンジ)	◆腸活ゼリー(カアハ)	◆腸活ゼリー(マスクット)	◆腸活ゼリー(紅茶)
	1 I kcal 蛋白質 0.1 g 食塩 0.3 g	2 I kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	3 I kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	4 I kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	5 I kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	6 I kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	7 I kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g
	1 I kcal 蛋白質 45.8 g 食塩 7.5 g	2 I kcal 蛋白質 58.3 g 食塩 8.6 g	3 I kcal 蛋白質 53.4 g 食塩 9.3 g	4 I kcal 蛋白質 47.0 g 食塩 9.4 g	5 I kcal 蛋白質 55.3 g 食塩 11.8 g	6 I kcal 蛋白質 53.2 g 食塩 9.5 g	7 I kcal 蛋白質 52.2 g 食塩 9.7 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3月8日(水) ~ 2023年3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
	オムレツ	温野菜サラダ	ジャーマンポテト	卵とじ	茄子のミートソース煮	菜の花のソテー	ハムエッグ
	ビーンズサラダ	スナックえんどうの炒め物	オニオンサラダ	ブロッコリーのクリーム煮	カリフラワーのサラダ	キャベツの粒マスタード和え	ピーマンのソテー
	エネルギー 402 kcal 蛋白質 12.9 g 食塩 1.3 g	エネルギー 348 kcal 蛋白質 7.6 g 食塩 0.6 g	エネルギー 390 kcal 蛋白質 8.5 g 食塩 1.4 g	エネルギー 411 kcal 蛋白質 15.3 g 食塩 1.4 g	エネルギー 343 kcal 蛋白質 8.3 g 食塩 0.6 g	エネルギー 417 kcal 蛋白質 10.0 g 食塩 0.9 g	エネルギー 418 kcal 蛋白質 13.7 g 食塩 0.8 g
昼食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	キーマカレー	米飯
	八宝菜(豚)	ホキの味噌漬け焼き	鶏肉のトウチジャン炒め	しまほっけの塩麹焼き	さわらの南部焼き	ブロッコリーのサラダ	豚肉と野菜の炊き合わせ
	蒸ししゅうまい	オクラの昆布和え	もやしの香味和え	チンゲン菜の炒め物	きゅうりのゆかり和え	デザート(みかん缶)	長芋のしば漬け和え
	中華スープ	清し汁(わかめ・ねぎ)	味噌汁(えのき・ねぎ)	味噌汁(油揚げ・ねぎ)	味噌汁(しろな)		味噌汁(えのき・ねぎ)
	エネルギー 457 kcal 蛋白質 18.7 g 食塩 3.5 g	エネルギー 402 kcal 蛋白質 18.7 g 食塩 2.9 g	エネルギー 571 kcal 蛋白質 21.9 g 食塩 3.5 g	エネルギー 391 kcal 蛋白質 18.8 g 食塩 2.0 g	エネルギー 469 kcal 蛋白質 22.6 g 食塩 2.1 g	エネルギー 621 kcal 蛋白質 20.3 g 食塩 2.6 g	エネルギー 428 kcal 蛋白質 19.2 g 食塩 2.2 g
夕食	米飯	米飯	豆ご飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	赤魚の幽庵焼き	豆腐の卵きのこあんかけ	ぶり大根	ミンチカツ	豚肉の炒め物	白身魚の揚げ浸し	鶏肉の照り焼き
	もずく和え	小松菜の和え物	ピーマンのソテー	オクラのかき醤油和え	春菊のお浸し	いんげんのピーナツ和え	きゅうりとわかめの酢の物
	長芋の醤油炒め	はくさいの炒め物	味噌汁(里芋・ねぎ)	ひじきの煮物	かぼちゃの煮物	厚揚げと大根の煮物	切干大根の煮物
	味噌汁(なめこ・ねぎ)	味噌汁(さつまいも・ねぎ)		味噌汁(しめじ・ねぎ)	清し汁(そうめん・ねぎ)	味噌汁(椎茸・ねぎ)	味噌汁(里芋・ねぎ)
	エネルギー 476 kcal 蛋白質 21.4 g 食塩 3.2 g	エネルギー 574 kcal 蛋白質 23.8 g 食塩 4.6 g	エネルギー 553 kcal 蛋白質 20.6 g 食塩 4.2 g	エネルギー 626 kcal 蛋白質 16.0 g 食塩 3.8 g	エネルギー 596 kcal 蛋白質 26.0 g 食塩 3.2 g	エネルギー 572 kcal 蛋白質 24.7 g 食塩 2.6 g	エネルギー 617 kcal 蛋白質 25.4 g 食塩 3.0 g
単品小	いんげんの中華和え	茄子の揚げ浸し	ミニお好み焼き	金平ごぼう	野菜コロッケ	のり塩ポテト	れんこんの炒め物
	エネルギー 45 kcal 蛋白質 2.0 g 食塩 0.7 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 72 kcal 蛋白質 0.9 g 食塩 0.4 g	エネルギー 70 kcal 蛋白質 1.1 g 食塩 0.2 g	エネルギー 38 kcal 蛋白質 0.8 g 食塩 0.2 g	エネルギー 109 kcal 蛋白質 2.0 g 食塩 0.6 g
単品テ	◆腸活ゼリー(カルピス)	◆腸活ゼリー(巨峰)	◆腸活ゼリー(マンゴー)	腸活ゼリー(ピーチ)	腸活ゼリー(ソルティイチ)	腸活ゼリー(オレンジ)	腸活ゼリー(抹茶)
	エネルギー 51 kcal 蛋白質 0.1 g 食塩 0.3 g	エネルギー 50 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 50 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	エネルギー 37 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	エネルギー 49 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	エネルギー 54 kcal 蛋白質 0.1 g 食塩 0.3 g
	エネルギー 1431 kcal 蛋白質 55.1 g 食塩 9.0 g	エネルギー 1421 kcal 蛋白質 51.1 g 食塩 8.8 g	エネルギー 1597 kcal 蛋白質 52.3 g 食塩 9.9 g	エネルギー 1550 kcal 蛋白質 51.0 g 食塩 7.9 g	エネルギー 1515 kcal 蛋白質 58.0 g 食塩 6.4 g	エネルギー 1697 kcal 蛋白質 55.8 g 食塩 6.6 g	エネルギー 1626 kcal 蛋白質 60.4 g 食塩 6.9 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3月15日(水) ~ 2023年3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
	肉団子のコンソメ煮	スクランブルエッグ	ブロッコリーのソテー	ごぼうサラダ	ジャーマンポテト	卵とじ	いんげんの炒め物
	大根のドレッシング和え	ほうれん草の炒め物	ビーンズサラダ	じゃこピーマン	ほうれん草のソテー	カリフラワーのドレッシング和え	玉ねぎのポン酢和え
	エネルギー 387 kcal 蛋白質 10.5 g 食塩 1.1 g	エネルギー 398 kcal 蛋白質 14.1 g 食塩 0.9 g	エネルギー 381 kcal 蛋白質 9.5 g 食塩 0.8 g	エネルギー 358 kcal 蛋白質 9.8 g 食塩 1.2 g	エネルギー 350 kcal 蛋白質 7.9 g 食塩 1.3 g	エネルギー 408 kcal 蛋白質 14.9 g 食塩 1.1 g	エネルギー 312 kcal 蛋白質 6.7 g 食塩 1.2 g
昼食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	◆鮭じゃが	海老フライ	親子とじ(鶏)	豚平焼き	麻婆豆腐(0-8オイル入)	赤魚の照り焼き	鶏肉の唐揚げ
	小松菜のお浸し	ナポリタン	いんげんの胡麻和え	菜の花のお浸し	もやしのナムル	塩だれきゅうり	春菊のピーナツ和え
	味噌汁(あおさ)	コンソメスープ	味噌汁(油揚げ・ねぎ)	味噌汁(なめこ・ねぎ)	生姜スープ	味噌汁(はくさい)	味噌汁(豆腐・ねぎ)
エネルギー 476 kcal 蛋白質 20.5 g 食塩 2.6 g	エネルギー 611 kcal 蛋白質 14.5 g 食塩 2.7 g	エネルギー 578 kcal 蛋白質 25.2 g 食塩 3.6 g	エネルギー 750 kcal 蛋白質 20.3 g 食塩 3.0 g	エネルギー 505 kcal 蛋白質 18.5 g 食塩 3.7 g	エネルギー 444 kcal 蛋白質 21.0 g 食塩 2.5 g	エネルギー 647 kcal 蛋白質 27.0 g 食塩 1.8 g	
夕食	米飯	中華風炊き込みご飯	米飯	米飯	米飯	米飯	◆洋風さつまいもご飯
	牛肉の山椒炒め	水ぎょうざ	メバルの煮つけ	ホキの西京焼き	あじのなめろうフライ	芋子煮(牛)	ポークチャップ
	しろなの香味和え	もやし中華和え	春菊の磯辺和え	かぶのかに棒あんかけ	ブロッコリーのごま和え	しろなのからし和え	春雨サラダ
	茄子の揚げ浸し	ザーサイ	さつまいもの煮物	ｽｯｯ えんどうのおかか和え	大豆桜えび	ピーマンの甘辛炒め	コンソメスープ
味噌汁(わかめ・ねぎ)		清し汁(しめじ・ねぎ)	清し汁(トロロ昆布・ねぎ)	味噌汁(わかめ・ねぎ)	味噌汁(あおさ)		
エネルギー 584 kcal 蛋白質 21.8 g 食塩 3.5 g	エネルギー 534 kcal 蛋白質 21.2 g 食塩 7.4 g	エネルギー 502 kcal 蛋白質 22.2 g 食塩 3.7 g	エネルギー 451 kcal 蛋白質 21.6 g 食塩 3.9 g	エネルギー 515 kcal 蛋白質 20.7 g 食塩 3.0 g	エネルギー 579 kcal 蛋白質 19.7 g 食塩 3.9 g	エネルギー 642 kcal 蛋白質 23.2 g 食塩 3.4 g	
単品小	かぶらのそぼろ煮	カリフラワーの甘酢和え	竹の子の土佐煮	茄子の煮物	蒸ししゅうまい	ひじきの煮物	大根の煮物
	エネルギー 53 kcal 蛋白質 3.7 g 食塩 0.6 g	エネルギー 42 kcal 蛋白質 1.7 g 食塩 0.6 g	エネルギー 18 kcal 蛋白質 1.9 g 食塩 0.3 g	エネルギー 46 kcal 蛋白質 1.0 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 59 kcal 蛋白質 2.3 g 食塩 0.8 g	エネルギー 27 kcal 蛋白質 0.8 g 食塩 0.3 g
単品デ	腸活ゼリー(ケアハ)	腸活ゼリー(マスクット)	腸活ゼリー(紅茶)	腸活ゼリー(カルピス)	腸活ゼリー(巨峰)	腸活ゼリー(マンゴー)	腸活ゼリー(ピーチ)
	エネルギー 50 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	エネルギー 51 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 51 kcal 蛋白質 0.1 g 食塩 0.3 g	エネルギー 50 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 50 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g
エネルギー 1550 kcal 蛋白質 56.5 g 食塩 8.1 g	エネルギー 1636 kcal 蛋白質 51.5 g 食塩 11.9 g	エネルギー 1527 kcal 蛋白質 58.8 g 食塩 8.7 g	エネルギー 1656 kcal 蛋白質 52.8 g 食塩 8.8 g	エネルギー 1502 kcal 蛋白質 48.7 g 食塩 8.7 g	エネルギー 1538 kcal 蛋白質 57.9 g 食塩 8.6 g	エネルギー 1678 kcal 蛋白質 57.7 g 食塩 7.0 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3月22日(水) ~ 2023年3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
	ハムエッグ	茄子のミートソース煮	スクランブルエッグ	肉団子のコンソメ煮	ハムエッグ	マカロニサラダ	卵とじ
	スナップえんどうのソテー	じゃこピーマン	オニオンサラダ	チンゲン菜のソテー	ごぼうの炒め煮	スナップえんどうのソテー	きゅうりのサラダ
	エネルギー 422 kcal 蛋白質 14.5 g 食塩 0.8 g	エネルギー 346 kcal 蛋白質 9.2 g 食塩 1.3 g	エネルギー 430 kcal 蛋白質 14.5 g 食塩 0.9 g	エネルギー 360 kcal 蛋白質 9.6 g 食塩 1.3 g	エネルギー 436 kcal 蛋白質 14.3 g 食塩 0.8 g	エネルギー 427 kcal 蛋白質 9.3 g 食塩 1.0 g	エネルギー 407 kcal 蛋白質 13.7 g 食塩 0.9 g
昼食	米飯	米飯	米飯	米飯	ポークカレーライス	米飯	米飯
	きつねうどん	おでん	ぶりの照り焼き	寄せ鍋(牛)	チーズサラダ	とんかつ	いかと厚揚げのチリソースかけ
	オクラの昆布和え	もずく和え	スナップえんどうの梅肉和え	長芋のしば漬け和え	デザート(黄桃缶)	小松菜とたくあんの炒め物	ねぎ焼き
	デザート(みかん缶)	味噌汁(椎茸・ねぎ)	清し汁(トロロ昆布・ねぎ)	味噌汁(なめこ・ねぎ)		味噌汁(玉ねぎ・人参)	中華スープ
エネルギー 509 kcal 蛋白質 12.3 g 食塩 4.0 g	エネルギー 437 kcal 蛋白質 16.1 g 食塩 3.3 g	エネルギー 558 kcal 蛋白質 27.0 g 食塩 2.7 g	エネルギー 474 kcal 蛋白質 19.3 g 食塩 3.3 g	エネルギー 664 kcal 蛋白質 19.9 g 食塩 4.0 g	エネルギー 552 kcal 蛋白質 14.8 g 食塩 2.5 g	エネルギー 533 kcal 蛋白質 24.7 g 食塩 3.2 g	
夕食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	しまほっけの塩焼き	白身魚の南蛮漬け	豚肉の生姜炒め	鶏肉のオレンジマーメレード焼き	タラと野菜のおろしソース	さばの塩焼き	さわらの胡麻照り焼き
	小松菜のお浸し	カリフラワーのソテー	ごぼうのずんだ和え	ポテトサラダ	ほうれん草のきなこ味噌和え	オクラのかき醤油和え	春菊のおかか和え
	卵の花	ほうれん草の香味和え	切干大根の煮物	ブロッコリーの炒め物	茄子の揚げ浸し	かぼちゃの煮物	大豆の煮物
味噌汁(えのき・ねぎ)	味噌汁(里芋・ねぎ)	味噌汁(さつまいも・ねぎ)	◆オートミール入りミネストローネ	清し汁(そうめん・ねぎ)	味噌汁(油揚げ・ねぎ)	味噌汁(大根・ねぎ)	
エネルギー 454 kcal 蛋白質 20.7 g 食塩 3.0 g	エネルギー 564 kcal 蛋白質 23.5 g 食塩 3.6 g	エネルギー 611 kcal 蛋白質 24.5 g 食塩 2.6 g	エネルギー 788 kcal 蛋白質 29.4 g 食塩 4.3 g	エネルギー 449 kcal 蛋白質 21.7 g 食塩 3.3 g	エネルギー 510 kcal 蛋白質 24.0 g 食塩 3.2 g	エネルギー 554 kcal 蛋白質 28.6 g 食塩 3.1 g	
単品小	れんこん金平	はくさいの炒め物	高野豆腐の煮物	卵とじ	きのこソテー	パプリカのピクルス	キャベツのザーサイ和え
	エネルギー 109 kcal 蛋白質 2.0 g 食塩 0.6 g	エネルギー 47 kcal 蛋白質 2.5 g 食塩 0.4 g	エネルギー 49 kcal 蛋白質 3.0 g 食塩 0.7 g	エネルギー 112 kcal 蛋白質 8.0 g 食塩 0.7 g	エネルギー 87 kcal 蛋白質 2.3 g 食塩 0.6 g	エネルギー 38 kcal 蛋白質 0.6 g 食塩 0.6 g	エネルギー 12 kcal 蛋白質 0.9 g 食塩 1.4 g
単品テ	腸活ゼリー(リゼイライチ)	腸活ゼリー(抹茶)	腸活ゼリー(オレンジ)	腸活ゼリー(ガアハ)	腸活ゼリー(マスクット)	腸活ゼリー(紅茶)	腸活ゼリー(カルピス)
	エネルギー 37 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	エネルギー 54 kcal 蛋白質 0.1 g 食塩 0.3 g	エネルギー 49 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	エネルギー 50 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	エネルギー 51 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 51 kcal 蛋白質 0.1 g 食塩 0.3 g
	エネルギー 1531 kcal 蛋白質 49.5 g 食塩 8.7 g	エネルギー 1448 kcal 蛋白質 51.4 g 食塩 8.9 g	エネルギー 1697 kcal 蛋白質 69.0 g 食塩 7.2 g	エネルギー 1784 kcal 蛋白質 66.3 g 食塩 9.9 g	エネルギー 1687 kcal 蛋白質 58.2 g 食塩 9.0 g	エネルギー 1575 kcal 蛋白質 48.7 g 食塩 7.6 g	エネルギー 1557 kcal 蛋白質 68.0 g 食塩 8.9 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3月29日(水) ~ 2023年4月4日(火)

	水 29	木 30	金 31	土 1	日 2	月 3	火 4
朝食	米飯 ピーマンのソテー れんこんサラダ	米飯 ベーコンエッグ オニオンサラダ	米飯 ビーンズサラダ 小松菜のソテー				
	エネルギー 347 kcal 蛋白質 6.0 g 食塩 0.6 g	エネルギー 438 kcal 蛋白質 13.4 g 食塩 0.8 g	エネルギー 373 kcal 蛋白質 8.5 g 食塩 0.8 g				
昼食	米飯 鮭のムニエル ブロッコリーのハーベスト和え コンソメスープ	米飯 豚肉の甘辛炒め きゅうりの浅漬け 味噌汁(わかめ・ねぎ)	米飯 ◆つけけんちんそば(豚) しろなのからし和え デザート(パイン缶)				
	エネルギー 477 kcal 蛋白質 21.4 g 食塩 2.5 g	エネルギー 542 kcal 蛋白質 21.9 g 食塩 3.1 g	エネルギー 564 kcal 蛋白質 20.3 g 食塩 3.5 g				
夕食	あさりご飯 筑前煮(鶏) いんげんのピーナツ和え 味噌汁(あおさ)	米飯 フカの煮つけ 春雨のたらこ和え 菜の花のソテー 味噌汁(しめじ・ねぎ)	米飯 鶏肉の酒粕焼き もずく和え 野菜コロッケ 清し汁(豆腐・ねぎ)				
	エネルギー 558 kcal 蛋白質 23.5 g 食塩 5.8 g	エネルギー 516 kcal 蛋白質 11.4 g 食塩 4.3 g	エネルギー 595 kcal 蛋白質 25.5 g 食塩 4.0 g				
単品小	和風スパゲティ	卵の花	◆そぼろ納豆				
	エネルギー 80 kcal 蛋白質 2.4 g 食塩 0.4 g	エネルギー 68 kcal 蛋白質 2.0 g 食塩 0.7 g	エネルギー 64 kcal 蛋白質 3.8 g 食塩 0.4 g				
単品デ	腸活ゼリー(巨峰)	腸活ゼリー(マンゴー)	腸活ゼリー(ピーチ)				
	エネルギー 50 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 50 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g				
	エネルギー 1512 kcal 蛋白質 53.3 g 食塩 9.6 g	エネルギー 1612 kcal 蛋白質 48.7 g 食塩 9.2 g	エネルギー 1646 kcal 蛋白質 58.1 g 食塩 9.0 g				