

月間献立予定表（食材）

デリケア蒔茨木工場

日付	朝食	昼食	夕食	小鉢 デザート
10/1 (日)	米飯 マカロニサラダ キャベツの炒め物	米飯 タラのたらこクリームソース いんげんの胡麻和え コンソメスープ	米飯 牛肉とネギの生姜煮 チンゲン菜のナムル 蒸ししゅっまい 味噌汁(じゃがいも・ねぎ)	れんこんのそぼろ煮
10/2 (月)	米飯 小松菜のソテー こほうサラダ	米飯 鶏肉のハニーマスタード焼き カリフラワーの甘酢和え 味噌汁(しめじ・ねぎ)	米飯 かに玉 きゅうりの昆布和え 切干大根の煮物 中華スープ	さつまいもの煮物
10/3 (火)	米飯 じゃがいもの炒め物 フロッコリーのマネズミ和え	米飯 豆腐ハンバーグ ナポリタン コンソメスープ	栗ご飯 豚肉と野菜の炊き合わせ オクラのお浸し 味噌汁(春菊)	ｽｯﾌﾟ えんどうのレモン和え
10/4 (水)	米飯 鶏野菜きのこ玉子焼き オニオンサラダ	米飯 牛肉のオイルソース炒め 小松菜の煮浸し 味噌汁(あおさ)	米飯 ホキの味噌漬け焼き いんげんの和え物 卵の花 清し汁(トロロ昆布・ねぎ)	きゅうりの浅漬け
10/5 (木)	米飯 ｽﾞﾏｯﾌﾟ えんどうのソテー キャベツのﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ 和え	米飯 ◆鶏肉のフォー 人参じりしり デザート(パイン缶)	米飯 木の葉とじ オクラの和え物 大根の煮物 味噌汁(じゃがいも・ねぎ)	トマトのマリネ
10/6 (金)	米飯 玉ねぎのボン酢和え ほうれん草の炒め物	米飯 カレイの酒粕焼き 春菊のお浸し 清し汁(竹の子・ねぎ)	米飯 コロッケ カリフラワーのチーズ和え 金平ごぼう 味噌汁(椎茸・ねぎ)	長芋の甘辛炒め
10/7 (土)	米飯 卵とじ いんげんのソテー	米飯 豚肉の炒め物 フロッコリーの香味和え 味噌汁(しめじ・ねぎ)	米飯 メバルの照り焼き もずく和え あさりの時雨煮 味噌汁(わかめ・ねぎ)	いとこ煮
10/8 (日)	米飯 きのこソテー 温野菜サラダ	米飯 白身魚フライ 海老芋の生姜あんかけ 味噌汁(えのき・ねぎ)	米飯 グリルチキンバルサミソース きゅうりとツナの和え物 ほうれん草のガーリック炒め コンソメスープ	チンゲン菜の胡麻和え
10/9 (月)	米飯 ベーコンエッグ マカロニサラダ	ハヤシライス 海藻サラダ デザート(白桃缶)	米飯 赤魚の煮つけ 春菊のおかか和え ねぎ焼き 味噌汁(あおさ)	はくさいの煮浸し
10/10 (火)	米飯 茄子のミートソース煮 きゅうりのドレッシング和え	米飯 豆腐チャンフルー 小松菜とたくあんの炒め物 味噌汁(長芋・ねぎ)	米飯 鶏肉のカレー照り焼き じゃがいものソテー しろなの和え物 味噌汁(しめじ・ねぎ)	なめこのおろし和え
10/11 (水)	米飯 ほうれん草のソテー ビーンズサラダ	米飯 おでん れんこん金平 味噌汁(里芋・ねぎ)	米飯 ◆海鮮八宝菜 フロッコリーの香味和え ピーマンの炒め物 わかめスープ	いんげんの胡麻和え
10/12 (木)	米飯 スクランブルエッグ キャベツのソテー	米飯 鶏団子のクリーム煮(C-8お仏入) 茄子のマリネ デザート(みかん缶)	米飯 しまほっけの塩焼き きゅうりの浅漬け かぼちゃの煮物 味噌汁(椎茸・ねぎ)	しろなの炒め物
10/13 (金)	米飯 ワインナーのコンソメ煮 ｽﾞﾏｯﾌﾟ えんどうのソテー	米飯 さばの味噌煮 いんげんの炒め物 清し汁(そうめん・ねぎ)	米飯 牛肉の甘辛炒め 小松菜の磯辺和え 煮奴 味噌汁(あおさ)	もやしのナムル
10/14 (土)	米飯 はくさいの炒め物 カリフラワーのマヨネーズ和え	米飯 海老と卵の炒め物と風あんかけ ほうれん草の中華和え 中華スープ	米飯 鯛の幽庵焼き きゅうりの昆布和え ネギときこの味噌炒め 清し汁(竹の子・ねぎ)	焼き餃子
10/15 (日)	米飯 小松菜のソテー オニオンサラダ	米飯 たぬきそば ひじきの煮物 デザート(黄桃缶)	米飯 あじのなめろうフライ チンゲン菜の香味和え 卵の花 味噌汁(長芋・ねぎ)	大根の浅漬け

月間献立予定表（食材）

デリケア備後木工場

日付	朝食	昼食	夕食	小鉢 デザート
10/16 (月)	米飯 のり塩ポテト いんげんのソテー	米飯 カリバタチキン オクラのお浸し 味噌汁(なめこ・ねぎ)	散らし寿司 ほうれん草の柚子和え さつまいもの煮物 清し汁(トコロ昆布・ねぎ)	たらこスナゲティ
10/17 (火)	米飯 卵とじ はくさいの炒め物	米飯 豚バラ大根 長芋の甘辛炒め 味噌汁(わかめ・ねぎ)	米飯 タラの西京焼き もずく和え カリフラワーのソテー 清し汁(そうめん・ねぎ)	ブロッコリーのおかか和え
10/18 (水)	米飯 かぼちゃサラダ ピーマンのソテー	米飯 さわらの南部焼き いんげんのからし和え 味噌汁(豆腐・ねぎ)	米飯 肉団子の甘酢あん 春雨のドレッシング和え ねぎ焼き 中華スーフ	じゃがいもの炒め物
10/19 (木)	米飯 ヒーンズサラダ ブロッコリーの炒め物	米飯 鶏肉の天ぷら 大根の煮物 味噌汁(玉ねぎ・人参)	米飯 他人とじ(牛) 春菊のピーナツ和え 里芋の煮っころがし 味噌汁(しめじ・ねぎ)	金平ごぼう
10/20 (金)	米飯 スクランブルエッグ カリフラワーのソテー	米飯 鯛の照り焼き きゅうりのゆかり和え 味噌汁(あおさ)	ひじきの炊き込みご飯 肉豆腐(豚) ネギのヌタ和え 清し汁(竹の子・ねぎ)	人参しりしり
10/21 (土)	米飯 マカロニサラダ ピーマンの炒め物	米飯 鶏肉と野菜の炒め物 ほうれん草の磯辺和え 味噌汁(里芋・ねぎ)	米飯 あじの焼き南蛮揚げ いんげんの中華和え 長芋の醤油炒め 味噌汁(なめこ・ねぎ)	大根のかに棒あんかけ
10/22 (日)	米飯 チキンボールのコンソメ煮 スナッフえんどうの炒め物	カレーライス(牛) チーズサラダ デザート(パイン缶)	米飯 白身魚の莆田揚げ 小松菜のお浸し がんもの煮物 味噌汁(わかめ・ねぎ)	キャベツのソテー
10/23 (月)	米飯 ハムエッグ カリフラワーの炒め物	米飯 筑前煮(鶏) 大根のピクルス 味噌汁(はくさい)	米飯 ホキのレモンペッパー焼き 加子の甘辛炒め チンゲン菜のお浸し コンソメスープ	蒸ししゅうまい
10/24 (火)	米飯 ヒーンズサラダ ごぼうの炒め煮	米飯 鯉のちゃんちゃん焼き ほうれん草の和え物 清し汁(トコロ昆布・ねぎ)	米飯 牛肉の山椒炒め きゅうりとツナの梅マヨ和え ひじきの煮物 味噌汁(長芋・ねぎ)	厚焼き卵
10/25 (水)	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 肉じゃが(豚) ブロッコリーのソテー 味噌汁(えのき・ねぎ)	米飯 さばの塩焼き もずく和え じゃこピーマン 味噌汁(玉ねぎ・人参)	高野豆腐の煮物
10/26 (木)	米飯 小松菜のソテー 玉ねぎのホシ酢和え	米飯 いかとキャベツのオイスター炒め いんげんの昆布和え 味噌汁(あおさ)	米飯 オトシロ塩唐揚げ(鶏) チンゲン菜の胡麻和え きのこと金平 味噌汁(大根・ねぎ)	揚げない大学いも
10/27 (金)	米飯 かぼちゃサラダ ほうれん草のソテー	米飯 醤油ラーメン 長芋とちくわの炒め物 デザート(みかん缶)	米飯 豚バラと白菜の生姜あん スナッフえんどうの香味和え 肉まん はるさめスープ	きゅうりのゆかり和え
10/28 (土)	米飯 ウィンナーのコンソメ煮 はくさいの炒め物	米飯 豆腐の卵きのことあんかけ チンゲン菜のナムル 味噌汁(じゃがいも・ねぎ)	米飯 鯛の塩麹焼き カリフラワーのハニーマスタード和え 茄子の煮物 清し汁(トコロ昆布・ねぎ)	ごぼうのそぼろ煮
10/29 (日)	米飯 温野菜サラダ きのこソテー	米飯 ぶりの煮つけ しろなのお浸し 味噌汁(大根・ねぎ)	米飯 牛肉のカレー炒め オクラの和え物 卵の花 味噌汁(春菊)	れんこん金平
10/30 (月)	米飯 マカロニサラダ ブロッコリーのソテー	◆照りたま丼(鶏) ほうれん草のかき醤油和え 味噌汁(里芋・ねぎ)	米飯 白身魚の香り揚げ はくさいの浅漬 ピーマンの炒め物 清し汁(そうめん・ねぎ)	ひじきの煮物
10/31 (火)	米飯 大根サラダ スナッフえんどうの炒め物	米飯 豚肉のトウチジャン炒め いんげんのピーナツ和え 味噌汁(じゃがいも・ねぎ)	鯉の散らし寿司 小松菜のお浸し がんもの煮物 清し汁(トコロ昆布・ねぎ)	茄子の揚げ浸し

＜献立表＞

現場 : デリケア(株)茨木工場

献立種類 : 食材(通常/A/禁止食)

年月日 : 2023年10月1日(日) ~ 2023年10月7日(土)

	日 1	月 2	火 3	水 4	木 5	金 6	土 7
朝食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	マカロニサラダ	小松菜のソテー	じゃがいもの炒め物	鶏野菜きのこ玉子焼き	スナップえんどうのソテー	玉ねぎのポン酢和え	卵とじ
	キャベツの炒め物	ごぼうサラダ	ブロッコリーのマヨネーズ和え	オニオンサラダ	キャベツのドレッシング和え	ほうれん草の炒め物	いんげんのソテー
	エネルギー 399 kcal 蛋白質 7.9 g 食塩 0.9 g	エネルギー 343 kcal 蛋白質 6.4 g 食塩 0.6 g	エネルギー 389 kcal 蛋白質 9.6 g 食塩 0.9 g	エネルギー 340 kcal 蛋白質 8.5 g 食塩 0.9 g	エネルギー 372 kcal 蛋白質 8.7 g 食塩 0.9 g	エネルギー 328 kcal 蛋白質 8.9 g 食塩 1.4 g	エネルギー 389 kcal 蛋白質 13.1 g 食塩 1.1 g
昼食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	タラのたらこクリームソース	鶏肉のハニーマスタード焼き	豆腐ハンバーグ	牛肉のオイスターソース炒め	◆鶏肉のフォー	カレーの酒粕焼き	豚肉の炒め物
	いんげんの胡麻和え	カリフラワーの甘酢和え	ナポリタン	小松菜の煮浸し	人参しりしり	春菊のお浸し	ブロッコリーの香味和え
	コンソメスープ	味噌汁(しめじ・ねぎ)	コーンスープ	味噌汁(あおさ)	デザート(パイン缶)	清し汁(竹の子・ねぎ)	味噌汁(しめじ・ねぎ)
エネルギー 430 kcal 蛋白質 20.3 g 食塩 3.7 g	エネルギー 545 kcal 蛋白質 25.0 g 食塩 2.6 g	エネルギー 527 kcal 蛋白質 15.0 g 食塩 3.7 g	エネルギー 569 kcal 蛋白質 21.9 g 食塩 3.9 g	エネルギー 577 kcal 蛋白質 19.1 g 食塩 3.2 g	エネルギー 390 kcal 蛋白質 23.1 g 食塩 3.2 g	エネルギー 520 kcal 蛋白質 24.2 g 食塩 2.6 g	
夕食	米飯	米飯	栗ご飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	牛肉とネギの生姜煮	かに玉	豚肉と野菜の炊き合わせ	ホキの味噌漬け焼き	木の葉とじ	コロッケ	メバルの照り焼き
	チンゲン菜のナムル	きゅうりの昆布和え	オクラのお浸し	いんげんの和え物	オクラの和え物	カリフラワーのチーズ和え	もずく和え
	蒸ししゅうまい	切干大根の煮物	味噌汁(春菊)	卵の花	大根の煮物	金平ごぼう	あさりの時雨煮
味噌汁(じゃがいも・ねぎ)	中華スープ		清し汁(トロロ昆布・ねぎ)	味噌汁(じゃがいも・ねぎ)	味噌汁(椎茸・ねぎ)	味噌汁(わかめ・ねぎ)	
エネルギー 656 kcal 蛋白質 23.4 g 食塩 3.5 g	エネルギー 527 kcal 蛋白質 18.3 g 食塩 3.8 g	エネルギー 459 kcal 蛋白質 19.9 g 食塩 3.1 g	エネルギー 493 kcal 蛋白質 21.6 g 食塩 3.9 g	エネルギー 489 kcal 蛋白質 19.2 g 食塩 3.2 g	エネルギー 606 kcal 蛋白質 14.5 g 食塩 3.6 g	エネルギー 448 kcal 蛋白質 22.8 g 食塩 3.3 g	
単品小	れんこんのそぼろ煮	さつまいもの煮物	スナップえんどうのレモン和え	きゅうりの浅漬け	トマトのマリネ	長芋の甘辛炒め	いとこ煮
	エネルギー 68 kcal 蛋白質 2.9 g 食塩 0.6 g	エネルギー 81 kcal 蛋白質 1.0 g 食塩 0.3 g	エネルギー 37 kcal 蛋白質 2.9 g 食塩 0.3 g	エネルギー 14 kcal 蛋白質 0.6 g 食塩 0.9 g	エネルギー 32 kcal 蛋白質 0.7 g 食塩 0.4 g	エネルギー 77 kcal 蛋白質 1.9 g 食塩 0.5 g	エネルギー 92 kcal 蛋白質 2.4 g 食塩 0.8 g
	エネルギー 1553 kcal 蛋白質 54.5 g 食塩 8.7 g	エネルギー 1496 kcal 蛋白質 50.7 g 食塩 7.3 g	エネルギー 1412 kcal 蛋白質 47.4 g 食塩 8.0 g	エネルギー 1416 kcal 蛋白質 52.6 g 食塩 9.6 g	エネルギー 1470 kcal 蛋白質 47.7 g 食塩 7.7 g	エネルギー 1401 kcal 蛋白質 48.4 g 食塩 8.7 g	エネルギー 1449 kcal 蛋白質 62.5 g 食塩 7.8 g

〈献立表〉

現場 : デリケア(株)茨木工場

献立種類 : 食材(通常/A/禁止食)

年月日 : 2023年10月8日(日) ~ 2023年10月14日(土)

	日 8	月 9	火 10	水 11	木 12	金 13	土 14
朝食	米飯 きのこソテー 温野菜サラダ	米飯 ベーコンエッグ マカロニサラダ	米飯 茄子のミートソース煮 きゅうりのドレッシング和え	米飯 ほうれん草のソテー ビーンズサラダ	米飯 スクランブルエッグ キャベツのソテー	米飯 ウインナーのコンソメ煮 スナッパえんどうのソテー	米飯 はくさいの炒め物 カリフラワーのマヨネーズ和え
	エネルギー 336 kcal 蛋白質 6.8 g 食塩 0.6 g	エネルギー 476 kcal 蛋白質 13.9 g 食塩 0.7 g	エネルギー 324 kcal 蛋白質 7.7 g 食塩 0.9 g	エネルギー 394 kcal 蛋白質 10.3 g 食塩 1.0 g	エネルギー 411 kcal 蛋白質 14.6 g 食塩 1.0 g	エネルギー 360 kcal 蛋白質 8.4 g 食塩 1.0 g	エネルギー 381 kcal 蛋白質 9.4 g 食塩 1.0 g
昼食	米飯 白身魚フライ 海老芋の生姜あんかけ 味噌汁(えのき・ねぎ)	ハヤシライス 海藻サラダ デザート(白桃缶)	米飯 豆腐チャンプルー 小松菜とたくあんの炒め物 味噌汁(長芋・ねぎ)	米飯 おでん れんこん金平 味噌汁(里芋・ねぎ)	米飯 鶏団子のクリーム煮(C-8オイル入) 茄子のマリネ デザート(みかん缶)	米飯 さばの味噌煮 いんげんの炒め物 清し汁(そうめん・ねぎ)	米飯 海老と卵の炒め物和风あんかけ ほうれん草の中華和え 中華スープ
	エネルギー 606 kcal 蛋白質 14.3 g 食塩 2.4 g	エネルギー 619 kcal 蛋白質 16.6 g 食塩 3.1 g	エネルギー 601 kcal 蛋白質 26.8 g 食塩 3.5 g	エネルギー 492 kcal 蛋白質 16.5 g 食塩 2.9 g	エネルギー 653 kcal 蛋白質 15.1 g 食塩 4.7 g	エネルギー 543 kcal 蛋白質 23.6 g 食塩 3.8 g	エネルギー 504 kcal 蛋白質 21.9 g 食塩 3.5 g
夕食	米飯 グリルチキンバルサミソース きゅうりとツナの和え物 ほうれん草のガーリック炒め コンソメスープ	米飯 赤魚の煮つけ 春菊のおかか和え ねぎ焼き 味噌汁(あおさ)	米飯 鶏肉のカレー照り焼き じゃがいものソテー しろなの和え物 味噌汁(しめじ・ねぎ)	米飯 ◆海鮮八宝菜 ブロッコリーの香味和え ピーマンの炒め物 わかめスープ	米飯 しまほっけの塩焼き きゅうりの浅漬け かぼちゃの煮物 味噌汁(椎茸・ねぎ)	米飯 牛肉の甘辛炒め 小松菜の磯辺和え 煮奴 味噌汁(あおさ)	米飯 鯛の幽庵焼き きゅうりの昆布和え ネギときのこの味噌炒め 清し汁(竹の子・ねぎ)
	エネルギー 628 kcal 蛋白質 28.1 g 食塩 4.4 g	エネルギー 494 kcal 蛋白質 21.7 g 食塩 4.4 g	エネルギー 608 kcal 蛋白質 26.5 g 食塩 2.9 g	エネルギー 484 kcal 蛋白質 21.9 g 食塩 4.6 g	エネルギー 421 kcal 蛋白質 19.3 g 食塩 3.1 g	エネルギー 628 kcal 蛋白質 23.7 g 食塩 4.0 g	エネルギー 436 kcal 蛋白質 19.8 g 食塩 3.5 g
単品小	チンゲン菜の胡麻和え	はくさいの煮浸し	なめこのおろし和え	いんげんの胡麻和え	しろなの炒め物	もやしのナムル	焼き餃子
	エネルギー 31 kcal 蛋白質 1.5 g 食塩 0.8 g	エネルギー 17 kcal 蛋白質 1.1 g 食塩 0.5 g	エネルギー 13 kcal 蛋白質 0.8 g 食塩 0.3 g	エネルギー 26 kcal 蛋白質 1.2 g 食塩 0.7 g	エネルギー 33 kcal 蛋白質 1.3 g 食塩 0.5 g	エネルギー 35 kcal 蛋白質 2.6 g 食塩 1.0 g	エネルギー 57 kcal 蛋白質 2.3 g 食塩 0.3 g
	エネルギー 1601 kcal 蛋白質 50.7 g 食塩 8.2 g	エネルギー 1606 kcal 蛋白質 53.3 g 食塩 8.7 g	エネルギー 1546 kcal 蛋白質 61.8 g 食塩 7.6 g	エネルギー 1396 kcal 蛋白質 49.9 g 食塩 9.2 g	エネルギー 1518 kcal 蛋白質 50.3 g 食塩 9.3 g	エネルギー 1566 kcal 蛋白質 58.3 g 食塩 9.8 g	エネルギー 1378 kcal 蛋白質 53.4 g 食塩 8.3 g

＜献立表＞

現場 : デリケア(株)茨木工場

献立種類 : 食材(通常/A/禁止食)

年月日 : 2023年10月15日(日) ~ 2023年10月21日(土)

	日 15	月 16	火 17	水 18	木 19	金 20	土 21
朝食	米飯 小松菜のソテー オニオンサラダ	米飯 のり塩ポテト いんげんのソテー	米飯 卵とじ はくさいの炒め物	米飯 かぼちゃサラダ ピーマンのソテー	米飯 ビーンズサラダ ブロッコリーの炒め物	米飯 スクランブルエッグ カリフラワーのソテー	米飯 マカロニサラダ ピーマンの炒め物
	エネルギー 374 kcal 蛋白質 8.0 g 食塩 0.7 g	エネルギー 330 kcal 蛋白質 7.3 g 食塩 0.8 g	エネルギー 404 kcal 蛋白質 13.8 g 食塩 1.0 g	エネルギー 418 kcal 蛋白質 6.8 g 食塩 0.7 g	エネルギー 383 kcal 蛋白質 9.7 g 食塩 0.7 g	エネルギー 412 kcal 蛋白質 15.3 g 食塩 1.0 g	エネルギー 394 kcal 蛋白質 6.7 g 食塩 0.7 g
昼食	米飯 たぬきそば ひじきの煮物 デザート(黄桃缶)	米飯 ガリバタチキン オクラのお浸し 味噌汁(なめこ・ねぎ)	米飯 豚バラ大根 長芋の甘辛炒め 味噌汁(わかめ・ねぎ)	米飯 さわらの南部焼き いんげんのからし和え 味噌汁(豆腐・ねぎ)	米飯 鶏肉の天ぷら 大根の煮物 味噌汁(玉ねぎ・人参)	米飯 鯛の照り焼き きゅうりのゆかり和え 味噌汁(あおさ)	米飯 鶏肉と野菜の炒め物 ほうれん草の磯辺和え 味噌汁(里芋・ねぎ)
	エネルギー 541 kcal 蛋白質 14.2 g 食塩 3.0 g	エネルギー 511 kcal 蛋白質 20.7 g 食塩 3.2 g	エネルギー 645 kcal 蛋白質 19.0 g 食塩 2.6 g	エネルギー 464 kcal 蛋白質 22.1 g 食塩 2.5 g	エネルギー 677 kcal 蛋白質 24.8 g 食塩 2.4 g	エネルギー 394 kcal 蛋白質 17.5 g 食塩 3.0 g	エネルギー 517 kcal 蛋白質 20.8 g 食塩 2.8 g
夕食	米飯 あじのなめろうフライ チンゲン菜の香味和え 卯の花 味噌汁(長芋・ねぎ)	散らし寿司 ほうれん草の柚子和え さつまいもの煮物 清し汁(トロロ昆布・ねぎ)	米飯 タラの西京焼き もずく和え カリフラワーのソテー 清し汁(そうめん・ねぎ)	米飯 肉団子の甘酢あん 春雨のドレッシング和え ねぎ焼き 中華スープ	米飯 他人とじ(牛) 春菊のピーナツ和え 里芋の煮っころがし 味噌汁(しめじ・ねぎ)	ひじきの炊き込みご飯 肉豆腐(豚) ネギのヌタ和え 清し汁(竹の子・ねぎ)	米飯 あじの焼き南蛮漬け いんげんの中華和え 長芋の醤油炒め 味噌汁(なめこ・ねぎ)
	エネルギー 507 kcal 蛋白質 14.8 g 食塩 3.0 g	エネルギー 478 kcal 蛋白質 14.4 g 食塩 4.5 g	エネルギー 456 kcal 蛋白質 21.3 g 食塩 3.8 g	エネルギー 689 kcal 蛋白質 20.9 g 食塩 4.8 g	エネルギー 630 kcal 蛋白質 27.1 g 食塩 3.6 g	エネルギー 617 kcal 蛋白質 31.0 g 食塩 5.5 g	エネルギー 517 kcal 蛋白質 21.7 g 食塩 3.2 g
単品小	大根の浅漬け	たらこスパゲティ	ブロッコリーのおかか和え	じゃがいもの炒め物	金平ごぼう	人参しりしり	大根のかに棒あんかけ
	エネルギー 16 kcal 蛋白質 0.4 g 食塩 0.9 g	エネルギー 88 kcal 蛋白質 3.0 g 食塩 0.8 g	エネルギー 24 kcal 蛋白質 2.1 g 食塩 0.7 g	エネルギー 73 kcal 蛋白質 1.7 g 食塩 0.4 g	エネルギー 71 kcal 蛋白質 0.9 g 食塩 0.4 g	エネルギー 57 kcal 蛋白質 2.0 g 食塩 0.3 g	エネルギー 58 kcal 蛋白質 1.7 g 食塩 0.8 g
	エネルギー 1438 kcal 蛋白質 37.4 g 食塩 7.6 g	エネルギー 1407 kcal 蛋白質 45.4 g 食塩 9.3 g	エネルギー 1529 kcal 蛋白質 56.2 g 食塩 8.1 g	エネルギー 1644 kcal 蛋白質 51.5 g 食塩 8.4 g	エネルギー 1761 kcal 蛋白質 62.5 g 食塩 7.1 g	エネルギー 1480 kcal 蛋白質 65.8 g 食塩 9.8 g	エネルギー 1486 kcal 蛋白質 50.9 g 食塩 7.5 g

＜献立表＞

現場：デリケア㈱茨木工場

献立種類：食材（通常/A/禁止食）

年月日：2023年10月22日（日）～ 2023年10月28日（土）

	日 22	月 23	火 24	水 25	木 26	金 27	土 28
朝食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	チキンボールのコンソメ煮	ハムエッグ	ビーンズサラダ	スクランブルエッグ	小松菜のソテー	かぼちゃサラダ	ウインナーのコンソメ煮
	スナップえんどうの炒め物	カリフラワーの炒め物	ごぼうの炒め煮	カリフラワーのドレッシング和え	玉ねぎのポン酢和え	ほうれん草のソテー	はくさいの炒め物
	エネルギー 357 kcal 蛋白質 9.7 g 食塩 1.2 g	エネルギー 404 kcal 蛋白質 13.9 g 食塩 0.7 g	エネルギー 385 kcal 蛋白質 8.4 g 食塩 0.8 g	エネルギー 409 kcal 蛋白質 13.6 g 食塩 0.8 g	エネルギー 339 kcal 蛋白質 8.4 g 食塩 1.4 g	エネルギー 415 kcal 蛋白質 7.7 g 食塩 0.8 g	エネルギー 370 kcal 蛋白質 8.1 g 食塩 1.0 g
昼食	カレーライス（牛）	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	チーズサラダ	筑前煮（鶏）	鮭のちゃんちゃん焼き	肉じゃが（豚）	いかとキャベツのオイスターソース炒め	醤油ラーメン	豆腐の卵きのこあんかけ
	デザート（パイン缶）	大根のピクルス	ほうれん草の和え物	ブロッコリーのソテー	いんげんの昆布和え	長芋とちくわの炒め物	チンゲン菜のナムル
	エネルギー 696 kcal 蛋白質 19.7 g 食塩 4.0 g	味噌汁（はくさい）	清し汁（トロロ昆布・ねぎ）	味噌汁（えのき・ねぎ）	味噌汁（あおさ）	デザート（みかん缶）	味噌汁（じゃがいも・ねぎ）
エネルギー 696 kcal 蛋白質 19.7 g 食塩 4.0 g	エネルギー 545 kcal 蛋白質 21.4 g 食塩 2.9 g	エネルギー 415 kcal 蛋白質 22.5 g 食塩 3.1 g	エネルギー 507 kcal 蛋白質 21.1 g 食塩 2.4 g	エネルギー 444 kcal 蛋白質 17.7 g 食塩 3.9 g	エネルギー 590 kcal 蛋白質 18.1 g 食塩 6.8 g	エネルギー 506 kcal 蛋白質 21.3 g 食塩 4.1 g	
夕食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	白身魚の竜田揚げ	ホキのレモンペッパー焼き	牛肉の山椒炒め	さばの塩焼き	オトミル塩唐揚げ（鶏）	豚バラと白菜の生姜あん	鯛の塩麴焼き
	小松菜のお浸し	茄子の甘辛炒め	きゅうりとツナの梅マヨ和え	もずく和え	チンゲン菜の胡麻和え	スナップえんどうの香味和え	カリフラワーのハニーマスタード和え
	がんもの煮物	チンゲン菜のお浸し	ひじきの煮物	じゃこピーマン	きのこ金平	肉まん	茄子の煮物
味噌汁（わかめ・ねぎ）	コンソメスープ	味噌汁（長芋・ねぎ）	味噌汁（玉ねぎ・人参）	味噌汁（大根・ねぎ）	はるさめスープ	清し汁（トロロ昆布・ねぎ）	
エネルギー 478 kcal 蛋白質 20.5 g 食塩 2.9 g	エネルギー 445 kcal 蛋白質 18.4 g 食塩 3.7 g	エネルギー 680 kcal 蛋白質 24.0 g 食塩 3.7 g	エネルギー 487 kcal 蛋白質 23.8 g 食塩 3.0 g	エネルギー 661 kcal 蛋白質 26.1 g 食塩 2.8 g	エネルギー 703 kcal 蛋白質 22.3 g 食塩 4.2 g	エネルギー 403 kcal 蛋白質 19.2 g 食塩 2.8 g	
単品小	キャベツのソテー	蒸ししゅうまい	厚焼き卵	高野豆腐の煮物	揚げない大学いも	きゅうりのゆかり和え	ごぼうのそぼろ煮
	エネルギー 67 kcal 蛋白質 2.4 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 69 kcal 蛋白質 4.6 g 食塩 0.7 g	エネルギー 49 kcal 蛋白質 3.0 g 食塩 0.7 g	エネルギー 121 kcal 蛋白質 0.9 g 食塩 0.4 g	エネルギー 13 kcal 蛋白質 0.7 g 食塩 0.3 g	エネルギー 68 kcal 蛋白質 3.1 g 食塩 0.6 g
	エネルギー 1598 kcal 蛋白質 52.3 g 食塩 8.5 g	エネルギー 1476 kcal 蛋白質 55.3 g 食塩 7.7 g	エネルギー 1549 kcal 蛋白質 59.5 g 食塩 8.3 g	エネルギー 1452 kcal 蛋白質 61.5 g 食塩 6.9 g	エネルギー 1565 kcal 蛋白質 53.1 g 食塩 8.5 g	エネルギー 1721 kcal 蛋白質 48.8 g 食塩 12.1 g	エネルギー 1347 kcal 蛋白質 51.7 g 食塩 8.5 g

〈献立表〉

現場 : デリケア(株)茨木工場

献立種類 : 食材(通常/A/禁止食)

年月日 : 2023年10月29日(日) ~ 2023年11月4日(土)

	日 29	月 30	火 31	水 1	木 2	金 3	土 4
朝食	米飯 温野菜サラダ きのこソテー	米飯 マカロニサラダ ブロッコリーのソテー	米飯 大根サラダ スナックえんどうの炒め物				
	エネルギー 388 kcal 蛋白質 7.4 g 食塩 0.9 g	エネルギー 410 kcal 蛋白質 8.9 g 食塩 0.7 g	エネルギー 354 kcal 蛋白質 8.3 g 食塩 1.0 g				
昼食	米飯 ぶりの煮つけ しろなのお浸し 味噌汁(大根・ねぎ)	◆照りたま丼(鶏) ほうれん草のかき醤油和え 味噌汁(里芋・ねぎ)	米飯 豚肉のトウチジャン炒め いんげんのピーナツ和え 味噌汁(じゃがいも・ねぎ)				
	エネルギー 574 kcal 蛋白質 23.6 g 食塩 3.7 g	エネルギー 524 kcal 蛋白質 23.6 g 食塩 2.4 g	エネルギー 555 kcal 蛋白質 23.1 g 食塩 3.0 g				
夕食	米飯 牛肉のカレー炒め オクラの和え物 卯の花 味噌汁(春菊)	米飯 白身魚の香り揚げ 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)	鮭の散らし寿司 小松菜のお浸し がんもの煮物 清し汁(トコロ昆布・ねぎ)				
	エネルギー 624 kcal 蛋白質 23.3 g 食塩 3.9 g	エネルギー 603 kcal 蛋白質 21.5 g 食塩 2.6 g	エネルギー 437 kcal 蛋白質 14.7 g 食塩 4.2 g				
単品小	れんこん金平	ひじきの煮物	茄子の揚げ浸し				
	エネルギー 72 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 72 kcal 蛋白質 1.0 g 食塩 0.4 g				
	エネルギー 1658 kcal 蛋白質 55.1 g 食塩 8.9 g	エネルギー 1586 kcal 蛋白質 55.6 g 食塩 6.5 g	エネルギー 1418 kcal 蛋白質 47.1 g 食塩 8.6 g				