

月間献立予定表（食材）

デリケア(株)茨木工場

日付	朝食	昼食	夕食	小鉢 デザート
12/1 (金)	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 きのこポタージュ	米飯 牛肉のオリーブソース炒め 小松菜のお浸し 茄子の煮物 味噌汁(えのき・ねぎ)	もやしのガーリックソテー
12/2 (土)	米飯 肉団子のコンソメ煮 カリフラワーのソテー	米飯 いかと里芋の煮物 蒸ししゅうまい 味噌汁(春菊)	米飯 赤魚の幽庵焼き もずく和え 長芋の醤油炒め 味噌汁(なめこ・ねぎ)	いんげんの中華和え
12/3 (日)	米飯 しろなの炒め物 ビーンズサラダ	カレーライス(牛) ブロッコリーのサラダ デザート(みかん缶)	米飯 豚肉と大根の胡麻味噌炒め ほうれん草の磯辺和え 海老芋のそぼろ煮 清し汁(トコロ昆布・ねぎ)	キャベツのソテー
12/4 (月)	米飯 温野菜サラダ スナップえんどうのソテー	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 肉団子のきのこあん 小松菜の柚子和え 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
12/5 (火)	米飯 じゃがいものソテー オニオンサラダ	ビビンバ丼(牛豚) もやしの香味和え 中華スープ	米飯 鶏肉のトウチジャン炒め ピーマンのソテー なめこのおろし和え 味噌汁(里芋・ねぎ)	温泉卵
12/6 (水)	米飯 茄子のミートソース煮 カリフラワーのサラダ	米飯 カレイのレモンペッパー焼き 小松菜の炒め物 コンソメスープ	米飯 牛肉コロッケ 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
12/7 (木)	米飯 ベーコンエッグ ブロッコリーのクリーム煮	米飯 しまほっけの塩麹焼き きゅうりのゆかり和え 味噌汁(大根・ねぎ)	米飯 豚肉の炒め物 春菊のお浸し かぼちゃの煮物 清し汁(そうめん・ねぎ)	野菜コロッケ
12/8 (金)	米飯 ほうれん草のソテー カリフラワーのドレッシング和え	米飯 豆乳ラーメン 焼き餃子 デザート(黄桃缶)	米飯 白身魚の揚げ浸し チンゲン菜のピーナツ和え 卵の花 味噌汁(椎茸・ねぎ)	しろなの和え物
12/9 (土)	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 長芋のしば漬和え 味噌汁(えのき・ねぎ)	米飯 グリルチキンバルサミコソース 海藻サラダ 豆腐のナゲット コーンスープ	れんこんの炒め物
12/10 (日)	米飯 チキンボールのコンソメ煮 きゅうり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 牛肉のおろしソース炒め しろなの香味和え ねぎ焼き 味噌汁(わかめ・ねぎ)	揚げだし豆腐
12/11 (月)	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 チキータン コンソメスープ	中華風炊き込みご飯 水きょうざ もやしの中華和え きゅうりのザーサイ和え	カリフラワーの甘酢和え
12/12 (火)	米飯 ブロッコリーのソテー ビーンズサラダ	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 鯛の幽庵焼き 春菊の磯辺和え さつまいもの煮物 清し汁(しめじ・ねぎ)	茄子の煮物
12/13 (水)	米飯 ごほうサラダ じゃこピーマン	米飯 寄せ鍋(豚) チンゲン菜のお浸し 味噌汁(なめこ・ねぎ)	米飯 ホキの西京焼き 大根のかに棒あんかけ けつえんどうのおかか和え 清し汁(トコロ昆布・ねぎ)	いとこ煮
12/14 (木)	米飯 シャーマンポテト ほうれん草のソテー	米飯 麻婆春雨(C-8材入) もやしのナムル 生姜スープ	米飯 ぶり大根 ブロッコリーのごま和え 大豆桜えび 味噌汁(わかめ・ねぎ)	蒸ししゅうまい
12/15 (金)	米飯 鶏野菜きのこ玉子焼き カリフラワーのドレッシング和え	米飯 さばの塩麹焼き きゅうりとツナの梅マヨ和え 味噌汁(はくさい)	米飯 芋子煮(牛) しろなのからし和え ピーマンの甘辛炒め 味噌汁(あおさ)	ひじきの煮物

月間献立予定表（食材）

デリケア(株)茨木工場

日付	朝食	昼食	夕食	小鉢 デザート
12/16 (土)	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 春菊のピーナツ和え 味噌汁(油揚げ・ねぎ)	米飯 ホークチャップ 春雨サラダ 茄子の甘辛炒め コンソメスープ	大根の煮物
12/17 (日)	米飯 ベーコンエッグ スナッフえんどうのソテー	米飯 クリームチュー(鶏(C-8材入)) オクラの昆布和え デザート(白桃缶)	あさりご飯 しまほっけの塩焼き きゅうりとわかめの酢の物 清し汁(豆腐・ねぎ)	れんこん金平
12/18 (月)	米飯 茄子のミートソース煮 じゃこピーマン	米飯 ◆白味噌おでん もずく和え デザート(みかん)	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
12/19 (火)	米飯 マカロニソテー オニオンサラダ	米飯 かに玉 スナッフえんどうの梅肉和え 中華スープ	米飯 豚肉の生姜炒め ごぼうのすんだ和え 揚げない大学いも 味噌汁(あおさ)	高野豆腐の煮物
12/20 (水)	米飯 肉団子のコンソメ煮 チンゲン菜のソテー	わかめご飯 にゅうめん 長芋のしほ漬け和え デザート(パイン缶)	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 オムレツ入りミネストローネ	炒り豆腐
12/21 (木)	米飯 ハムエッグ ごぼうの炒め煮	ハヤシライス チーズサラダ デザート(黄桃缶)	米飯 タラと野菜のごまだれかけ ほうれん草のきなこ味噌和え 茄子の揚げ浸し 清し汁(そうめん・ねぎ)	きのこソテー
12/22 (金)	米飯 玉ねぎのボン酢和え スナッフえんどうのソテー	米飯 とんかつ 小松菜とたくあん炒め物 味噌汁(わかめ・ねぎ)	散らし寿司 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
12/23 (土)	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(玉ねぎ・人参)	キャベツのザーサイ和え
12/24 (日)	米飯 ピーマンのソテー れんこんサラダ	米飯 鮭のムニエル カリフラワーの粒マスタート和え コンソメスープ	米飯 豚肉の甘辛炒め いんげんのピーナツ和え ひじきの煮物 味噌汁(あおさ)	豆腐のナゲット
12/25 (月)	米飯 肉団子のコンソメ煮 玉ねぎのボン酢和え	米飯 あじのなめろうフライ はくさいの浅漬け 味噌汁(わかめ・ねぎ)	パエリア 鶏肉のバジルソテー りんご入りポテトサラダ コンソメスープ	卵の花
12/26 (火)	米飯 ビーンズサラダ 小松菜のソテー	米飯 ◆焼きラーメン しゅうなのからし和え 味噌汁(椎茸・ねぎ)	米飯 豆腐の卵きのこあんかけ もずく和え 野菜コロッケ 清し汁(トロロ昆布・ねぎ)	大根の煮物
12/27 (水)	米飯 スクランブルエッグ カリフラワーの炒め物	米飯 鯛の塩麹焼き オクラの昆布和え 味噌汁(玉ねぎ・人参)	米飯 すき焼き(牛) きゅうりとかに棒の酢の物 さつまいもの煮物 味噌汁(えのき・ねぎ)	和風スパゲティ
12/28 (木)	米飯 温野菜サラダ ほうれん草の炒め物	そぼろ丼(牛豚) 大根のピクルス 清し汁(わかめ・ねぎ)	米飯 さばの煮つけ いんげんのお浸し 金平ごぼう 味噌汁(あおさ)	じゃがいものソテー
12/29 (金)	米飯 ワインナーのコンソメ煮 じゃこピーマン	米飯 豚肉の照りマヨ生姜炒め 春菊のお浸し 味噌汁(なめこ・ねぎ)	米飯 白身魚の磯辺揚げ スナッフえんどうのおかか和え 長芋の醤油炒め 味噌汁(小松菜)	茄子の煮物
12/30 (土)	米飯 マカロニサラダ はくさいの炒め物	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 蒸ししゅうまい 味噌汁(じゃがいも・ねぎ)	れんこんのそぼろ煮
12/31 (日)	米飯 キャベツのソテー ごぼうサラダ	ゆかりご飯 夫がらそば しゅうなのからし和え デザート(パイン缶)	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 切干大根の煮物 味噌汁(玉ねぎ・人参)	かぼちゃの煮物

〈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12月1日(金) ~ 2023年12月7日(木)

	金 1	土 2	日 3	月 4	火 5	水 6	木 7
朝食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	かぼちゃサラダ	肉団子のコンソメ煮	しろなの炒め物	温野菜サラダ	じゃがいものソテー	茄子のミートソース煮	ベーコンエッグ
	れんこんの炒め煮	カリフラワーのソテー	ビーンズサラダ	スナックえんどうのソテー	オニオンサラダ	カリフラワーのサラダ	ブロッコリーのクリーム煮
	エネルギー - 436 kcal 蛋白質 6.1 g 食塩 0.7 g	エネルギー - 386 kcal 蛋白質 11.6 g 食塩 1.2 g	エネルギー - 368 kcal 蛋白質 9.3 g 食塩 1.0 g	エネルギー - 348 kcal 蛋白質 7.6 g 食塩 0.6 g	エネルギー - 370 kcal 蛋白質 7.8 g 食塩 0.9 g	エネルギー - 327 kcal 蛋白質 8.3 g 食塩 0.6 g	エネルギー - 408 kcal 蛋白質 15.0 g 食塩 1.2 g
昼食	米飯	米飯	カレーライス(牛)	米飯	ピビンバ丼(牛豚)	米飯	米飯
	タラのトマトソースかけ	いかと里芋の煮物	ブロッコリーのサラダ	ホキの味噌漬け焼き	もやしの香味和え	カレイのレモンペッパー焼き	しまほっけの塩麹焼き
	パプリカのバルサミコ酢マリネ	蒸ししゅうまい	デザート(みかん缶)	オクラの昆布和え	中華スープ	小松菜の炒め物	きゅうりのゆかり和え
	きのこポタージュ	味噌汁(春菊)		清し汁(わかめ・ねぎ)		コンソメスープ	味噌汁(大根・ねぎ)
エネルギー - 477 kcal 蛋白質 18.1 g 食塩 3.4 g	エネルギー - 470 kcal 蛋白質 22.4 g 食塩 3.0 g	エネルギー - 707 kcal 蛋白質 19.9 g 食塩 3.9 g	エネルギー - 404 kcal 蛋白質 18.6 g 食塩 2.9 g	エネルギー - 524 kcal 蛋白質 18.9 g 食塩 3.6 g	エネルギー - 438 kcal 蛋白質 21.0 g 食塩 2.9 g	エネルギー - 363 kcal 蛋白質 17.6 g 食塩 2.1 g	
夕食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	牛肉のオysterソース炒め	赤魚の幽庵焼き	豚肉と大根の胡麻味噌炒め	◆肉団子のきのこあん	鶏肉のトウチジャン炒め	牛肉コロケ	豚肉の炒め物
	小松菜のお浸し	もずく和え	ほうれん草の磯辺和え	小松菜の柚子和え	ピーマンのソテー	オクラのかき醤油和え	春菊のお浸し
	茄子の煮物	長芋の醤油炒め	海老芋のそぼろ煮	はくさいの炒め物	なめこのおろし和え	ひじきの煮物	かぼちゃの煮物
味噌汁(えのき・ねぎ)	味噌汁(なめこ・ねぎ)	清し汁(トコロ昆布・ねぎ)	味噌汁(さつまいも・ねぎ)	味噌汁(里芋・ねぎ)	味噌汁(しめじ・ねぎ)	清し汁(そうめん・ねぎ)	
エネルギー - 595 kcal 蛋白質 25.1 g 食塩 4.3 g	エネルギー - 448 kcal 蛋白質 20.6 g 食塩 3.2 g	エネルギー - 551 kcal 蛋白質 27.2 g 食塩 3.9 g	エネルギー - 613 kcal 蛋白質 22.7 g 食塩 4.5 g	エネルギー - 609 kcal 蛋白質 21.5 g 食塩 3.6 g	エネルギー - 602 kcal 蛋白質 13.8 g 食塩 4.1 g	エネルギー - 600 kcal 蛋白質 26.0 g 食塩 3.2 g	
単品小	もやしのガーリックソテー	いんげんの中華和え	キャベツのソテー	茄子の揚げ浸し	温泉卵	金平ごぼう	野菜コロケ
	エネルギー - 58 kcal 蛋白質 3.6 g 食塩 0.5 g	エネルギー - 45 kcal 蛋白質 2.0 g 食塩 0.7 g	エネルギー - 72 kcal 蛋白質 2.0 g 食塩 0.5 g	エネルギー - 72 kcal 蛋白質 1.0 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 - 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 - 1566 kcal 蛋白質 52.9 g 食塩 8.9 g	エネルギー - 1349 kcal 蛋白質 56.6 g 食塩 8.1 g	エネルギー - 1698 kcal 蛋白質 58.4 g 食塩 9.3 g	エネルギー - 1437 kcal 蛋白質 49.9 g 食塩 8.4 g	エネルギー - 1597 kcal 蛋白質 55.7 g 食塩 8.5 g	エネルギー - 1439 kcal 蛋白質 44.0 g 食塩 8.0 g	エネルギー - 1441 kcal 蛋白質 59.7 g 食塩 6.7 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12月8日(金) ~ 2023年12月14日(木)

	金 8	土 9	日 10	月 11	火 12	水 13	木 14
朝食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	ほうれん草のソテー	ハムエッグ	チキンボールのコンソメ煮	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
	カリフラワーのドレッシング和え	ピーマンのソテー	きゅうり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
	エネルギー 363 kcal 蛋白質 9.4 g 食塩 0.9 g	エネルギー 418 kcal 蛋白質 13.7 g 食塩 0.8 g	エネルギー 351 kcal 蛋白質 9.4 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 350 kcal 蛋白質 8.2 g 食塩 0.8 g	エネルギー 333 kcal 蛋白質 7.6 g 食塩 1.0 g
昼食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	豆乳ラーメン	豚肉と野菜の炊き合わせ	鮭じゃが	海老フライ	親子とじ(鶏)	寄せ鍋(豚)	麻婆春雨(C-8オイル入)
	焼き餃子	長芋のしば漬け和え	小松菜のお浸し	ナポリタン	いんげんの胡麻和え	チンゲン菜のお浸し	もやしのナムル
	デザート(黄桃缶)	味噌汁(えのき・ねぎ)	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
	エネルギー 622 kcal 蛋白質 19.9 g 食塩 5.1 g	エネルギー 427 kcal 蛋白質 18.5 g 食塩 2.2 g	エネルギー 475 kcal 蛋白質 20.5 g 食塩 2.7 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 3.7 g	エネルギー 438 kcal 蛋白質 21.0 g 食塩 3.8 g	エネルギー 515 kcal 蛋白質 16.4 g 食塩 4.8 g
夕食	米飯	米飯	米飯	中華風炊き込みご飯	米飯	米飯	米飯
	白身魚の揚げ浸し	グリルチキンバルサミソース	牛肉のおろしソース炒め	水ぎょうざ	鯛の幽庵焼き	ホキの西京焼き	ぶり大根
	チンゲン菜のピーナツ和え	海藻サラダ	しろなの香味和え	もやしの中華和え	春菊の磯辺和え	大根のかに棒あんかけ	ブロッコリーのごま和え
	卵の花	豆腐のナゲット	ねぎ焼き	きゅうりのザーサイ和え	さつまいもの煮物	ｽｯﾌﾟ えんどうのおかか和え	大豆桜えび
	味噌汁(椎茸・ねぎ)	コーンスープ	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)
	エネルギー 577 kcal 蛋白質 21.5 g 食塩 2.8 g	エネルギー 730 kcal 蛋白質 26.3 g 食塩 3.8 g	エネルギー 589 kcal 蛋白質 23.5 g 食塩 4.3 g	エネルギー 520 kcal 蛋白質 20.7 g 食塩 6.2 g	エネルギー 448 kcal 蛋白質 20.4 g 食塩 3.4 g	エネルギー 450 kcal 蛋白質 20.6 g 食塩 3.9 g	エネルギー 630 kcal 蛋白質 31.1 g 食塩 4.6 g
単品小	しろなの和え物	れんこんの炒め物	揚げだし豆腐	カリフラワーの甘酢和え	茄子の煮物	いとこ煮	蒸ししゅうまい
	エネルギー 29 kcal 蛋白質 1.6 g 食塩 0.8 g	エネルギー 83 kcal 蛋白質 1.7 g 食塩 0.6 g	エネルギー 79 kcal 蛋白質 2.7 g 食塩 0.4 g	エネルギー 51 kcal 蛋白質 1.9 g 食塩 0.6 g	エネルギー 25 kcal 蛋白質 1.0 g 食塩 0.4 g	エネルギー 84 kcal 蛋白質 2.0 g 食塩 0.5 g	エネルギー 82 kcal 蛋白質 1.6 g 食塩 0.4 g
	エネルギー 1591 kcal 蛋白質 52.4 g 食塩 9.6 g	エネルギー 1658 kcal 蛋白質 60.2 g 食塩 7.4 g	エネルギー 1494 kcal 蛋白質 56.1 g 食塩 8.5 g	エネルギー 1580 kcal 蛋白質 51.2 g 食塩 10.4 g	エネルギー 1432 kcal 蛋白質 56.1 g 食塩 8.3 g	エネルギー 1322 kcal 蛋白質 51.8 g 食塩 9.0 g	エネルギー 1560 kcal 蛋白質 56.7 g 食塩 10.8 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12月15日(金) ~ 2023年12月21日(木)

	金 15	土 16	日 17	月 18	火 19	水 20	木 21
朝食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	鶏野菜きのこ玉子焼き	いんげんの炒め物	ベーコンエッグ	茄子のミートソース煮	マカロニソテー	肉団子のコンソメ煮	ハムエッグ
	カリフラワーのドレッシング和え	玉ねぎのポン酢和え	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
	エネルギー 314 kcal 蛋白質 7.7 g 食塩 0.6 g	エネルギー 312 kcal 蛋白質 6.7 g 食塩 1.2 g	エネルギー 432 kcal 蛋白質 14.3 g 食塩 0.8 g	エネルギー 322 kcal 蛋白質 7.6 g 食塩 0.9 g	エネルギー 413 kcal 蛋白質 8.9 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
昼食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	わかめご飯	ハヤシライス
	さばの塩麹焼き	鶏肉の唐揚げ	クリームチュー(鶏)(C-8オイル入)	◆白味噌おでん	かに玉	にゅうめん	チーズサラダ
	きゅうりとツナの梅マヨ和え	春菊のピーナツ和え	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)
	味噌汁(はくさい)	味噌汁(油揚げ・ねぎ)	デザート(白桃缶)	デザート(みかん)	中華スープ	デザート(パイン缶)	
エネルギー 516 kcal 蛋白質 22.6 g 食塩 2.4 g	エネルギー 602 kcal 蛋白質 25.3 g 食塩 1.8 g	エネルギー 625 kcal 蛋白質 18.9 g 食塩 3.4 g	エネルギー 574 kcal 蛋白質 21.4 g 食塩 3.8 g	エネルギー 483 kcal 蛋白質 17.2 g 食塩 4.0 g	エネルギー 495 kcal 蛋白質 12.9 g 食塩 3.6 g	エネルギー 646 kcal 蛋白質 19.7 g 食塩 3.2 g	
夕食	米飯	米飯	あさりご飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	芋子煮(牛)	ポークチャップ	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マレード焼き	タラと野菜のごまだれかけ
	しろなのからし和え	春雨サラダ	きゅうりとわかめの酢の物	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
	ピーマンの甘辛炒め	茄子の甘辛炒め	清し汁(豆腐・ねぎ)	ほうれん草の香味和え	揚げない大学いも	ブロッコリーの炒め物	茄子の揚げ浸し
味噌汁(あおさ)	コンソメスープ		味噌汁(里芋・ねぎ)	味噌汁(あおさ)	オートミール入りミネストローネ	清し汁(そうめん・ねぎ)	
エネルギー 576 kcal 蛋白質 20.8 g 食塩 3.9 g	エネルギー 621 kcal 蛋白質 23.9 g 食塩 3.2 g	エネルギー 422 kcal 蛋白質 22.9 g 食塩 4.6 g	エネルギー 575 kcal 蛋白質 23.8 g 食塩 3.6 g	エネルギー 656 kcal 蛋白質 24.0 g 食塩 2.7 g	エネルギー 771 kcal 蛋白質 28.7 g 食塩 4.2 g	エネルギー 499 kcal 蛋白質 22.7 g 食塩 2.9 g	
単品小	ひじきの煮物	大根の煮物	れんこん金平	はくさいの炒め物	高野豆腐の煮物	炒り豆腐	きのこソテー
	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	エネルギー 81 kcal 蛋白質 1.5 g 食塩 0.5 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 78 kcal 蛋白質 5.1 g 食塩 0.6 g	エネルギー 72 kcal 蛋白質 2.6 g 食塩 0.5 g
	エネルギー 1465 kcal 蛋白質 53.4 g 食塩 7.7 g	エネルギー 1562 kcal 蛋白質 56.7 g 食塩 6.5 g	エネルギー 1560 kcal 蛋白質 57.6 g 食塩 9.3 g	エネルギー 1518 kcal 蛋白質 55.3 g 食塩 8.7 g	エネルギー 1601 kcal 蛋白質 53.1 g 食塩 8.3 g	エネルギー 1704 kcal 蛋白質 56.3 g 食塩 9.7 g	エネルギー 1653 kcal 蛋白質 59.3 g 食塩 7.4 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12月22日(金) ~ 2023年12月28日(木)

	金 22	土 23	日 24	月 25	火 26	水 27	木 28
朝食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	玉ねぎのポン酢和え	卵とじ	ピーマンのソテー	肉団子のコンソメ煮	ビーンズサラダ	スクランブルエッグ	温野菜サラダ
	スナップえんどうのソテー	きゅうりのサラダ	れんこんサラダ	玉ねぎのポン酢和え	小松菜のソテー	カリフラワーの炒め物	ほうれん草の炒め物
	エネルギー 336 kcal 蛋白質 8.7 g 食塩 1.2 g	エネルギー 407 kcal 蛋白質 13.7 g 食塩 0.9 g	エネルギー 347 kcal 蛋白質 6.0 g 食塩 0.6 g	エネルギー 361 kcal 蛋白質 10.1 g 食塩 1.8 g	エネルギー 347 kcal 蛋白質 7.6 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 314 kcal 蛋白質 7.8 g 食塩 0.8 g
昼食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	そばろ丼(牛豚)
	とんかつ	いかと厚揚げのチリソースかけ	鮭のムニエル	あじのなめろうフライ	◆焼きラーメン	鯛の塩麴焼き	大根のピクルス
	小松菜とたくあんの炒め物	ねぎ焼き	カリフラワーの粒マスタード和え	はくさいの浅漬け	しろなのからし和え	オクラの昆布和え	清し汁(わかめ・ねぎ)
	味噌汁(わかめ・ねぎ)	中華スープ	コンソメスープ	味噌汁(わかめ・ねぎ)	味噌汁(椎茸・ねぎ)	味噌汁(玉ねぎ・人参)	
	エネルギー 545 kcal 蛋白質 14.7 g 食塩 2.6 g	エネルギー 533 kcal 蛋白質 24.7 g 食塩 3.2 g	エネルギー 479 kcal 蛋白質 21.1 g 食塩 2.4 g	エネルギー 415 kcal 蛋白質 11.5 g 食塩 2.4 g	エネルギー 591 kcal 蛋白質 16.4 g 食塩 4.6 g	エネルギー 342 kcal 蛋白質 17.1 g 食塩 2.6 g	エネルギー 597 kcal 蛋白質 22.9 g 食塩 3.1 g
夕食	散らし寿司	米飯	米飯	パエリア	米飯	米飯	米飯
	オクラのかき醤油和え	さわらの胡麻照り焼き	豚肉の甘辛炒め	鶏肉のバジルソテー	豆腐の卵きのこあんかけ	すき焼き(牛)	さばの煮つけ
	かぼちゃの煮物	春菊のおかか和え	いんげんのピーナツ和え	りんご入りポテトサラダ	もずく和え	きゅうりとかに棒の酢の物	いんげんのお浸し
	味噌汁(油揚げ・ねぎ)	大豆の煮物	ひじきの煮物	コーンスープ	野菜コロッケ	さつまいもの煮物	金平ごぼう
	エネルギー 492 kcal 蛋白質 15.2 g 食塩 4.8 g	エネルギー 558 kcal 蛋白質 28.7 g 食塩 3.2 g	エネルギー 607 kcal 蛋白質 24.3 g 食塩 3.4 g	エネルギー 748 kcal 蛋白質 30.0 g 食塩 5.1 g	エネルギー 560 kcal 蛋白質 21.8 g 食塩 4.1 g	エネルギー 646 kcal 蛋白質 21.6 g 食塩 4.2 g	エネルギー 587 kcal 蛋白質 25.7 g 食塩 4.4 g
単品小	パプリカのピクルス	キャベツのザーサイ和え	豆腐のナゲット	卵の花	大根の煮物	和風スパゲティ	じゃがいものソテー
	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	エネルギー 118 kcal 蛋白質 2.5 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 38 kcal 蛋白質 1.7 g 食塩 0.5 g	エネルギー 63 kcal 蛋白質 2.4 g 食塩 0.4 g	エネルギー 72 kcal 蛋白質 1.5 g 食塩 0.4 g
	エネルギー 1411 kcal 蛋白質 39.2 g 食塩 9.2 g	エネルギー 1510 kcal 蛋白質 68.0 g 食塩 8.7 g	エネルギー 1551 kcal 蛋白質 53.9 g 食塩 6.8 g	エネルギー 1592 kcal 蛋白質 53.6 g 食塩 10.0 g	エネルギー 1536 kcal 蛋白質 47.5 g 食塩 9.9 g	エネルギー 1463 kcal 蛋白質 56.4 g 食塩 8.2 g	エネルギー 1570 kcal 蛋白質 57.9 g 食塩 8.7 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12月29日(金) ~ 2024年1月4日(木)

	金 29	土 30	日 31	月 1	火 2	水 3	木 4
朝食	米飯 ウインナーのコンソメ煮 じゃこピーマン	米飯 マカロニサラダ はくさいの炒め物	米飯 キャベツのソテー ごぼうサラダ				
	エネルギー - 335 kcal 蛋白質 8.2 g 食塩 1.0 g	エネルギー - 394 kcal 蛋白質 7.6 g 食塩 0.9 g	エネルギー - 339 kcal 蛋白質 6.5 g 食塩 0.6 g				
昼食	米飯 豚肉の照りマヨ生姜炒め 春菊のお浸し 味噌汁(なめこ・ねぎ)	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	ゆかりご飯 天ぷらそば しろなのからし和え デザート(パイン缶)				
	エネルギー - 536 kcal 蛋白質 22.3 g 食塩 2.3 g	エネルギー - 425 kcal 蛋白質 20.2 g 食塩 3.7 g	エネルギー - 504 kcal 蛋白質 14.8 g 食塩 3.7 g				
夕食	米飯 白身魚の磯辺揚げ ｽｯﾌﾟ えんどうのおかか和え 長芋の醤油炒め 味噌汁(小松菜)	米飯 牛肉とネギの生姜煮 チンゲン菜のナムル 蒸ししゅうまい 味噌汁(じゃがいも・ねぎ)	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 切干大根の煮物 味噌汁(玉ねぎ・人参)				
	エネルギー - 597 kcal 蛋白質 23.4 g 食塩 2.3 g	エネルギー - 653 kcal 蛋白質 24.5 g 食塩 3.5 g	エネルギー - 605 kcal 蛋白質 26.8 g 食塩 3.0 g				
単品小	茄子の煮物	れんこんのそぼろ煮	かぼちやの煮物				
	エネルギー - 25 kcal 蛋白質 1.0 g 食塩 0.4 g	エネルギー - 68 kcal 蛋白質 2.9 g 食塩 0.6 g	エネルギー - 70 kcal 蛋白質 1.7 g 食塩 0.7 g				
	エネルギー - 1493 kcal 蛋白質 54.9 g 食塩 6.0 g	エネルギー - 1540 kcal 蛋白質 55.2 g 食塩 8.7 g	エネルギー - 1518 kcal 蛋白質 49.8 g 食塩 8.0 g				