

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 |
|-------------|-------------------------------------|---------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|-------------|
| 3/1 (金) | 米飯 チキンボールのコンソメ煮 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) | いんげんの中華和え |
| 3/2 (土) | 米飯 しろなの炒め物 ピーンスサラダ | カレーライス(牛) フロッコリーの肉系和え デザート(みかん缶) | 米飯 豚肉と大根の胡麻味噌炒め煮 ほうれん草の磯辺和え 海老芋のそぼろ煮 清し汁(トロロ昆布) | キャベツのソテー |
| 3/3 (日) | 米飯 温野菜サラダ スナッフえんどうのソテー | 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) | ◆あさりの散らし寿司 菜の花のからし和え 炊き合わせ 粕汁 | 茄子の揚げ浸し |
| 3/4 (月) | 米飯 じゃがいものソテー オニオンサラダ | 米飯 肉団子のきのこあんかけ 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 ヒーマンのソテー なめこのおろし和え 味噌汁(豆腐) | 卵とじ |
| 3/5 (火) | 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) | 金平ごぼう |
| 3/6 (水) | 米飯 ベーコンエッグ フ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(キャベツ) | 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) | 切干大根の煮物 |
| 3/7 (木) | 米飯 ほうれん草のソテー さつまいもサラダ | 米飯 豆乳ラーメン しろなの和え物 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) | 焼き餃子 |
| 3/8 (金) | 米飯 ハムエッグ ヒーマンのソテー | 米飯 豚肉と野菜の炊き合わせ 長芋のしほ漬け和え 味噌汁(えのき) | 米飯 グリルチキンバルサミソース 海藻サラダ 豆腐のナゲット コンソメスープ | れんこんの炒め物 |
| 3/9 (土) | 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 牛肉の炒め物おろしボン酢かけ 菜の花の和え物 ねぎ焼き 味噌汁(わかめ) | 揚げだし豆腐 |
| 3/10 (日) | 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 ナポリタン コンソメスープ | ◆中華風角煮めし 水ぎょうざ 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 |
| 3/11 (月) | 米飯 フロッコリーのソテー ピーンスサラダ | 米飯 豚平焼き いんげんの胡麻和え 味噌汁(油揚げ) | 米飯 メバルの幽庵焼き 春菊の磯辺和え さつまいもの煮物 清し汁(しめじ) | 茄子の煮物 |
| 3/12 (火) | 米飯 こほうサラダ じゃこヒーマン | 米飯 牛肉うどん チンゲン菜のお浸し デザート(パイン缶) | 米飯 ◆白身魚のカレーフリッター 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) | いとこ煮 |
| 3/13 (水) | 米飯 シューマンポテト ほうれん草のソテー | 米飯 麻婆春雨(C-8材缶入) もやしのナムル 生姜スープ | 米飯 ぶり大根 フロッコリーのごま和え 大豆桜えび 味噌汁(わかめ) | 蒸ししゅうまい |
| 3/14 (木) | 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(なめこ) | 米飯 ◆味噌芋煮(豚) ちくわのずんだ和え 清し汁(トロロ昆布) ◆デザート(いちごアイス) | ひじきの煮物 |
| 3/15 (金) | 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) | 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 |

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 |
| 3/16 (土) | 米飯 ベーコンエッグ スナッフえんどうのソテー | 米飯 クリームシチュー(鶏(C-8材1人入)) オクラの昆布和え デザート(白桃缶) | 竹の子と桜えびの炊き込みご飯 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) | れんこん金平 |
| 3/17 (日) | 米飯 加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(なめこ) | 米飯 白身魚の南蛮漬け カリフラワーのソテー 小松菜の香味和え 味噌汁(里芋) | はくさいの炒め物 |
| 3/18 (月) | 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 菜の花のおかか和え 揚げない大学いも 味噌汁(あおさ) | 高野豆腐の煮物 |
| 3/19 (火) | 米飯 ハムエッグ ごぼうの炒め煮 | ハヤシライス(牛) 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 加子の揚げ浸し 清し汁(トロロ昆布) | きのこソテー |
| 3/20 (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 |
| 3/21 (木) | 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) | 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) | パプリカのピクルス |
| 3/22 (金) | 米飯 卵とし 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 |
| 3/23 (土) | 米飯 ビーマンのソテー 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ド和え 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 |
| 3/24 (日) | 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) | 豆ご飯 鶏肉のカレー照り焼き 桜えび入りポテトサラダ 味噌汁(なめこ) | 卵の花 |
| 3/25 (月) | 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) | 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) | 大根の煮物 |
| 3/26 (火) | 米飯 スクランブルエッグ カリフラワーの炒め物 | 米飯 ホキの西京焼き オクラの昆布和え 清し汁(菜の花) | 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) | 和風スパゲティ |
| 3/27 (水) | 米飯 温野菜サラダ ほうれん草の炒め物 | 米飯 そぼろ丼(牛豚) 大根のピクルス 清し汁(わかめ) | 米飯 さばの煮つけ いんげんの和え物 金平ごぼう 味噌汁(あおさ) | じゃがいものソテー |
| 3/28 (木) | 米飯 ウィ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) | 米飯 白身魚の磯辺揚げ アツ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 |
| 3/29 (金) | 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 フロッコリーの胡麻和え 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) | れんこんのそぼろ煮 |
| 3/30 (土) | 米飯 キャベツのソテー ごぼうサラダ | 米飯 ハイカラそば ほうれん草のからし和え 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 |
| 3/31 (日) | 米飯 厚焼き卵 大根のドレッシング和え | 米飯 さわらの塩麹焼き ビーマンとちくわの甘辛炒め 味噌汁(なめこ) | 米飯 角煮と野菜の炊き合わせ きゅうりとわかめの酢の物 揚げない大学いも 清し汁(そうめん) | 高野豆腐の煮物 |

〈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 : 2024年3月1日(金) ~ 2024年3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 |
| | チキンボールのコンソメ煮 | 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 | ほうれん草のソテー |
| | 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 | さつまいもサラダ |
| | エネルギー - 356 kcal 蛋白質 10.7 g 脂質 7.3 g | エネルギー - 368 kcal 蛋白質 9.3 g 脂質 9.4 g | エネルギー - 348 kcal 蛋白質 7.6 g 脂質 8.8 g | エネルギー - 370 kcal 蛋白質 7.8 g 脂質 7.9 g | エネルギー - 327 kcal 蛋白質 8.3 g 脂質 6.1 g | エネルギー - 408 kcal 蛋白質 15.0 g 脂質 12.5 g | エネルギー - 444 kcal 蛋白質 7.3 g 脂質 12.4 g |
| 昼食 | 米飯 | カレーライス(牛) | 米飯 | 米飯 | 米飯 | 米飯 | 米飯 |
| | いかと里芋の煮物 | ブロッコリーのマネズ和え | ホキの味噌漬け焼き | 肉団子のきのこあんかけ | カレイのレモンペッパー焼き | しまほっけの塩麹焼き | 豆乳ラーメン |
| | 蒸ししゅうまい | デザート(みかん缶) | オクラの昆布和え | もやしの香味和え | 小松菜の炒め物 | きゅうりのゆかり和え | しろなの和え物 |
| | 味噌汁(春菊) | | 清し汁(わかめ) | 中華スープ | コンソメスープ | 味噌汁(キャベツ) | デザート(黄桃缶) |
| | エネルギー - 495 kcal 蛋白質 24.9 g 脂質 7.6 g | エネルギー - 707 kcal 蛋白質 19.9 g 脂質 29.7 g | エネルギー - 406 kcal 蛋白質 18.1 g 脂質 2.2 g | エネルギー - 538 kcal 蛋白質 21.5 g 脂質 15.6 g | エネルギー - 438 kcal 蛋白質 21.0 g 脂質 11.8 g | エネルギー - 363 kcal 蛋白質 17.8 g 脂質 4.0 g | エネルギー - 594 kcal 蛋白質 19.2 g 脂質 10.3 g |
| 夕食 | 米飯 | 米飯 | ◆あさりの散らし寿司 | 米飯 | 米飯 | 米飯 | 米飯 |
| | 赤魚の幽庵焼き | 豚肉と大根の胡麻味噌炒め煮 | 菜の花のからし和え | 鶏肉のトウチジャン炒め | 牛肉コロケ | 豚肉の炒め物 | 白身魚の揚げ浸し |
| | もずく和え | ほうれん草の磯辺和え | 炊き合わせ | ピーマンのソテー | オクラのかき醤油和え | 春菊のお浸し | チンゲン菜のピーナツ和え |
| | 長芋の醤油炒め | 海老芋のそぼろ煮 | 粕汁 | なめこのおろし和え | ひじきの煮物 | かぼちゃの煮物 | 卵の花 |
| | 味噌汁(なめこ) | 清し汁(トロロ昆布) | | 味噌汁(豆腐) | 味噌汁(しめじ) | 清し汁(そうめん) | 味噌汁(椎茸) |
| | エネルギー - 447 kcal 蛋白質 20.6 g 脂質 6.5 g | エネルギー - 550 kcal 蛋白質 27.2 g 脂質 14.0 g | エネルギー - 546 kcal 蛋白質 23.0 g 脂質 6.9 g | エネルギー - 602 kcal 蛋白質 21.8 g 脂質 21.2 g | エネルギー - 601 kcal 蛋白質 13.8 g 脂質 17.8 g | エネルギー - 597 kcal 蛋白質 25.7 g 脂質 13.9 g | エネルギー - 576 kcal 蛋白質 21.5 g 脂質 19.5 g |
| 単品小 | いんげんの中華和え | キャベツのソテー | 茄子の揚げ浸し | 卵とじ | 金平ごぼう | 切干大根の煮物 | 焼き餃子 |
| | エネルギー - 45 kcal 蛋白質 2.0 g 脂質 2.2 g | エネルギー - 72 kcal 蛋白質 2.0 g 脂質 6.0 g | エネルギー - 72 kcal 蛋白質 1.0 g 脂質 5.1 g | エネルギー - 117 kcal 蛋白質 8.4 g 脂質 6.6 g | エネルギー - 72 kcal 蛋白質 0.9 g 脂質 3.5 g | エネルギー - 49 kcal 蛋白質 1.4 g 脂質 1.4 g | エネルギー - 57 kcal 蛋白質 2.3 g 脂質 2.5 g |
| | エネルギー - 1343 kcal 蛋白質 58.2 g 脂質 23.6 g | エネルギー - 1697 kcal 蛋白質 58.4 g 脂質 59.1 g | エネルギー - 1372 kcal 蛋白質 49.7 g 脂質 23.0 g | エネルギー - 1627 kcal 蛋白質 59.5 g 脂質 51.3 g | エネルギー - 1438 kcal 蛋白質 44.0 g 脂質 39.2 g | エネルギー - 1417 kcal 蛋白質 59.9 g 脂質 31.8 g | エネルギー - 1671 kcal 蛋白質 50.3 g 脂質 44.7 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 : 2024年3月8日(金) ~ 2024年3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 |
| | 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 | 鶏野菜きのこ玉子焼き |
| | 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 | カリフラワーのドレッシング和え |
| | エネルギー 418 kcal 蛋白質 13.7 g 脂質 14.4 g | エネルギー 351 kcal 蛋白質 9.4 g 脂質 8.2 g | エネルギー 398 kcal 蛋白質 14.1 g 脂質 12.3 g | エネルギー 381 kcal 蛋白質 9.5 g 脂質 10.0 g | エネルギー 350 kcal 蛋白質 8.2 g 脂質 8.3 g | エネルギー 333 kcal 蛋白質 7.6 g 脂質 5.5 g | エネルギー 314 kcal 蛋白質 7.7 g 脂質 5.3 g |
| 昼食 | 米飯 | 米飯 | 米飯 | 米飯 | 米飯 | 米飯 | 米飯 |
| | 豚肉と野菜の炊き合わせ | 鮭じゃが | 海老フライ | 豚平焼き | 牛肉うどん | 麻婆春雨(C-8オイル入) | さばの塩麹焼き |
| | 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 | きゅうりとツナの梅マヨ和え |
| | 味噌汁(えのき) | 味噌汁(あおさ) | コンソメスープ | 味噌汁(油揚げ) | デザート(パイ缶) | 生姜スープ | 味噌汁(なめこ) |
| エネルギー 426 kcal 蛋白質 18.5 g 脂質 6.7 g | エネルギー 475 kcal 蛋白質 20.5 g 脂質 6.4 g | エネルギー 617 kcal 蛋白質 13.9 g 脂質 22.6 g | エネルギー 749 kcal 蛋白質 19.8 g 脂質 41.2 g | エネルギー 617 kcal 蛋白質 19.7 g 脂質 9.5 g | エネルギー 515 kcal 蛋白質 16.4 g 脂質 15.3 g | エネルギー 514 kcal 蛋白質 22.6 g 脂質 17.7 g | |
| 夕食 | 米飯 | 米飯 | ◆中華風角煮めし | 米飯 | 米飯 | 米飯 | 米飯 |
| | グリルチキンバルサミソース | 牛肉の炒め物おろしポン酢かけ | 水ぎょうざ | メバルの幽庵焼き | ◆白身魚のカレーフリッター | ぶり大根 | ◆味噌芋煮(豚) |
| | 海藻サラダ | 菜の花の和え物 | もやしの中華和え | 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 | ちくわのずんだ和え |
| | 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 | 清し汁(トロロ昆布) |
| コーンスープ | 味噌汁(わかめ) | | 清し汁(しめじ) | 清し汁(トロロ昆布) | 味噌汁(わかめ) | ◆デザート(いちごアイス) | |
| エネルギー 735 kcal 蛋白質 26.3 g 脂質 30.9 g | エネルギー 562 kcal 蛋白質 24.6 g 脂質 17.8 g | エネルギー 559 kcal 蛋白質 19.7 g 脂質 15.6 g | エネルギー 476 kcal 蛋白質 22.5 g 脂質 4.8 g | エネルギー 578 kcal 蛋白質 22.2 g 脂質 15.8 g | エネルギー 629 kcal 蛋白質 31.1 g 脂質 17.0 g | エネルギー 584 kcal 蛋白質 28.7 g 脂質 12.3 g | |
| 単品小 | 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 | ひじきの煮物 |
| | エネルギー 83 kcal 蛋白質 1.7 g 脂質 3.8 g | エネルギー 79 kcal 蛋白質 2.7 g 脂質 5.4 g | エネルギー 51 kcal 蛋白質 1.9 g 脂質 0.8 g | エネルギー 25 kcal 蛋白質 1.0 g 脂質 0.1 g | エネルギー 84 kcal 蛋白質 2.0 g 脂質 0.2 g | エネルギー 82 kcal 蛋白質 1.6 g 脂質 5.1 g | エネルギー 56 kcal 蛋白質 1.9 g 脂質 3.1 g |
| | エネルギー 1662 kcal 蛋白質 60.2 g 脂質 55.8 g | エネルギー 1467 kcal 蛋白質 57.2 g 脂質 37.8 g | エネルギー 1625 kcal 蛋白質 49.6 g 脂質 51.3 g | エネルギー 1631 kcal 蛋白質 52.8 g 脂質 56.1 g | エネルギー 1629 kcal 蛋白質 52.1 g 脂質 33.8 g | エネルギー 1559 kcal 蛋白質 56.7 g 脂質 42.9 g | エネルギー 1468 kcal 蛋白質 60.9 g 脂質 38.4 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 : 2024年3月15日(金) ~ 2024年3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 |
| | 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 | ハムエッグ | 肉団子のコンソメ煮 | 玉ねぎのポン酢和え |
| | 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 | ごぼうの炒め煮 | チンゲン菜のソテー | スナップえんどうのソテー |
| | エネルギー - 304 kcal 蛋白質 6.3 g 脂質 3.8 g | エネルギー - 432 kcal 蛋白質 14.3 g 脂質 15.6 g | エネルギー - 322 kcal 蛋白質 7.6 g 脂質 6.0 g | エネルギー - 413 kcal 蛋白質 8.9 g 脂質 10.2 g | エネルギー - 436 kcal 蛋白質 14.3 g 脂質 13.8 g | エネルギー - 360 kcal 蛋白質 9.6 g 脂質 8.7 g | エネルギー - 336 kcal 蛋白質 8.7 g 脂質 5.6 g |
| 昼食 | 米飯 | 米飯 | 米飯 | 米飯 | ハヤシライス(牛) | わかめご飯 | 米飯 |
| | 鶏肉の唐揚げ | クリームチキ(鶏)(C-8オイル入) | おでん | かに玉 | チーズサラダ | にゅうめん | とんかつ |
| | 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 | デザート(黄桃缶) | 長芋のしば漬け和え | 小松菜とたくあんの炒め物 |
| | 味噌汁(油揚げ) | デザート(白桃缶) | 味噌汁(なめこ) | 中華スープ | デザート(パイナップル缶) | デザート(パイナップル缶) | 味噌汁(わかめ) |
| エネルギー - 601 kcal 蛋白質 25.3 g 脂質 24.6 g | エネルギー - 625 kcal 蛋白質 18.9 g 脂質 18.1 g | エネルギー - 461 kcal 蛋白質 18.7 g 脂質 8.2 g | エネルギー - 482 kcal 蛋白質 17.2 g 脂質 13.6 g | エネルギー - 646 kcal 蛋白質 19.7 g 脂質 24.9 g | エネルギー - 495 kcal 蛋白質 13.1 g 脂質 3.5 g | エネルギー - 544 kcal 蛋白質 14.7 g 脂質 18.7 g | |
| 夕食 | 米飯 | 竹の子と桜えびの炊き込みご飯 | 米飯 | 米飯 | 米飯 | 米飯 | 散らし寿司 |
| | 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 | タラと野菜のごまだれかけ | 鶏肉のオレンジマーマレード焼き | オクラのかき醤油和え |
| | 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 | 菜の花のおかか和え | ほうれん草のきなこ味噌和え | ポテトサラダ | かぼちゃの煮物 |
| | 茄子の甘辛炒め | 清し汁(豆腐) | 小松菜の香味和え | 揚げない大学いも | 茄子の揚げ浸し | ブロッコリーの炒め物 | 味噌汁(油揚げ) |
| エネルギー - 621 kcal 蛋白質 23.9 g 脂質 20.5 g | エネルギー - 411 kcal 蛋白質 21.5 g 脂質 3.9 g | エネルギー - 567 kcal 蛋白質 22.9 g 脂質 15.3 g | エネルギー - 629 kcal 蛋白質 24.4 g 脂質 14.8 g | エネルギー - 479 kcal 蛋白質 22.1 g 脂質 11.0 g | エネルギー - 771 kcal 蛋白質 28.7 g 脂質 30.1 g | エネルギー - 491 kcal 蛋白質 15.3 g 脂質 5.3 g | |
| 単品小 | 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 | きのこソテー | 炒り豆腐 | パプリカのピクルス |
| | エネルギー - 27 kcal 蛋白質 0.8 g 脂質 0.1 g | エネルギー - 81 kcal 蛋白質 1.5 g 脂質 3.9 g | エネルギー - 47 kcal 蛋白質 2.5 g 脂質 3.0 g | エネルギー - 49 kcal 蛋白質 3.0 g 脂質 1.9 g | エネルギー - 72 kcal 蛋白質 2.6 g 脂質 5.2 g | エネルギー - 69 kcal 蛋白質 5.4 g 脂質 4.4 g | エネルギー - 38 kcal 蛋白質 0.6 g 脂質 0.6 g |
| | エネルギー - 1553 kcal 蛋白質 56.3 g 脂質 49.0 g | エネルギー - 1549 kcal 蛋白質 56.2 g 脂質 41.5 g | エネルギー - 1397 kcal 蛋白質 51.7 g 脂質 32.5 g | エネルギー - 1573 kcal 蛋白質 53.5 g 脂質 40.5 g | エネルギー - 1633 kcal 蛋白質 58.7 g 脂質 54.9 g | エネルギー - 1695 kcal 蛋白質 56.8 g 脂質 46.7 g | エネルギー - 1409 kcal 蛋白質 39.3 g 脂質 30.2 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 : 2024年3月22日(金) ~ 2024年3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 |
| | 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 | ウインナーのコンソメ煮 |
| | 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 | じゃこピーマン |
| | エネルギー 407 kcal 蛋白質 13.7 g 脂質 12.3 g | エネルギー 347 kcal 蛋白質 6.0 g 脂質 7.7 g | エネルギー 361 kcal 蛋白質 10.1 g 脂質 6.7 g | エネルギー 347 kcal 蛋白質 7.6 g 脂質 7.5 g | エネルギー 412 kcal 蛋白質 15.3 g 脂質 13.7 g | エネルギー 314 kcal 蛋白質 7.8 g 脂質 6.3 g | エネルギー 335 kcal 蛋白質 8.2 g 脂質 7.5 g |
| 昼食 | 米飯 | 米飯 | 米飯 | 米飯 | 米飯 | そばろ丼(牛豚) | 米飯 |
| | 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 | ホキの西京焼き | 大根のピクルス | 豚肉の照りマヨ生姜炒め |
| | 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) | 春菊のお浸し |
| | 中華スープ | コンソメスープ | 味噌汁(わかめ) | 味噌汁(椎茸) | 清し汁(菜の花) | | 味噌汁(なめこ) |
| エネルギー 533 kcal 蛋白質 24.7 g 脂質 14.2 g | エネルギー 479 kcal 蛋白質 21.1 g 脂質 14.6 g | エネルギー 414 kcal 蛋白質 11.5 g 脂質 8.9 g | エネルギー 604 kcal 蛋白質 17.6 g 脂質 18.3 g | エネルギー 368 kcal 蛋白質 18.5 g 脂質 2.0 g | エネルギー 596 kcal 蛋白質 22.9 g 脂質 23.5 g | エネルギー 535 kcal 蛋白質 22.3 g 脂質 17.3 g | |
| 夕食 | 米飯 | 米飯 | 豆ご飯 | 米飯 | 米飯 | 米飯 | 米飯 |
| | さわらの胡麻照り焼き | 豚肉の甘辛炒め | 鶏肉のカレー照り焼き | 豆腐の卵きのこあんかけ | すき焼き(牛) | さばの煮つけ | 白身魚の磯辺揚げ |
| | 春菊のおかか和え | いんげんのピーナツ和え | 桜えび入りポテトサラダ | もずく和え | きゅうりとかに棒の酢の物 | いんげんの和え物 | スタッフえんどうのおかか和え |
| | 大豆の煮物 | ひじきの煮物 | 味噌汁(なめこ) | 野菜コロケ | さつまいもの煮物 | 金平ごぼう | 長芋の醤油炒め |
| 味噌汁(玉ねぎ・人参) | 味噌汁(あおさ) | | 清し汁(トロロ昆布) | 味噌汁(えのき) | 味噌汁(あおさ) | 味噌汁(小松菜) | |
| エネルギー 558 kcal 蛋白質 28.7 g 脂質 13.0 g | エネルギー 607 kcal 蛋白質 24.3 g 脂質 19.4 g | エネルギー 645 kcal 蛋白質 26.0 g 脂質 25.1 g | エネルギー 559 kcal 蛋白質 21.8 g 脂質 14.0 g | エネルギー 645 kcal 蛋白質 21.6 g 脂質 13.4 g | エネルギー 589 kcal 蛋白質 25.5 g 脂質 14.8 g | エネルギー 597 kcal 蛋白質 23.4 g 脂質 17.7 g | |
| 単品小 | 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 | 茄子の煮物 |
| | エネルギー 14 kcal 蛋白質 1.0 g 脂質 0.2 g | エネルギー 118 kcal 蛋白質 2.5 g 脂質 9.3 g | エネルギー 68 kcal 蛋白質 2.0 g 脂質 4.0 g | エネルギー 38 kcal 蛋白質 1.7 g 脂質 0.4 g | エネルギー 63 kcal 蛋白質 2.4 g 脂質 2.3 g | エネルギー 72 kcal 蛋白質 1.5 g 脂質 3.4 g | エネルギー 25 kcal 蛋白質 1.0 g 脂質 0.1 g |
| | エネルギー 1512 kcal 蛋白質 68.1 g 脂質 39.7 g | エネルギー 1551 kcal 蛋白質 53.9 g 脂質 51.0 g | エネルギー 1488 kcal 蛋白質 49.6 g 脂質 44.7 g | エネルギー 1548 kcal 蛋白質 48.7 g 脂質 40.2 g | エネルギー 1488 kcal 蛋白質 57.8 g 脂質 31.4 g | エネルギー 1571 kcal 蛋白質 57.7 g 脂質 48.0 g | エネルギー 1492 kcal 蛋白質 54.9 g 脂質 42.6 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 : 2024年3月29日(金) ~ 2024年4月4日(木)

| | 金 29 | 土 30 | 日 31 | 月 1 | 火 2 | 水 3 | 木 4 |
|-----|-------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|--------|--------|--------|--------|
| 朝食 | 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 | 米飯 厚焼き卵 大根のドレッシング和え | | | | |
| | エネルギー - 394 kcal 蛋白質 7.6 g 脂質 12.8 g | エネルギー - 339 kcal 蛋白質 6.5 g 脂質 6.7 g | エネルギー - 361 kcal 蛋白質 10.5 g 脂質 9.9 g | | | | |
| 昼食 | 米飯 タラのたらこクリームソース ブロッコリーの胡麻和え コンソメスープ | 米飯 ハイカラそば ほうれん草のからし和え デザート(パイン缶) | 米飯 さわらの塩麹焼き ピーマンとちくわの甘辛炒め 味噌汁(なめこ) | | | | |
| | エネルギー - 436 kcal 蛋白質 20.4 g 脂質 8.3 g | エネルギー - 530 kcal 蛋白質 14.2 g 脂質 7.1 g | エネルギー - 454 kcal 蛋白質 22.5 g 脂質 10.5 g | | | | |
| 夕食 | 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) | 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) | 米飯 角煮と野菜の炊き合わせ きゅうりとわかめの酢の物 揚げない大学いも 清し汁(そうめん) | | | | |
| | エネルギー - 652 kcal 蛋白質 24.5 g 脂質 21.9 g | エネルギー - 605 kcal 蛋白質 26.8 g 脂質 19.8 g | エネルギー - 632 kcal 蛋白質 17.5 g 脂質 15.8 g | | | | |
| 単品小 | れんこんのそぼろ煮 | かぼちやの煮物 | 高野豆腐の煮物 | | | | |
| | エネルギー - 68 kcal 蛋白質 2.9 g 脂質 1.6 g | エネルギー - 70 kcal 蛋白質 1.7 g 脂質 0.2 g | エネルギー - 53 kcal 蛋白質 3.1 g 脂質 1.9 g | | | | |
| | エネルギー - 1550 kcal 蛋白質 55.4 g 脂質 44.6 g | エネルギー - 1544 kcal 蛋白質 49.2 g 脂質 33.8 g | エネルギー - 1500 kcal 蛋白質 53.6 g 脂質 38.1 g | | | | |