

# 月間献立予定表（惣菜）

デリケア(株)茨木工場

日付	朝食	昼食	夕食	小鉢 デザート
7/1 (月)	米飯 スナックえんどうのソテー キャベツのドレッシング和え	米飯 豚肉のフォー 人参しりしり デザート(パイン缶)	米飯 親子とじ(鶏) オクラの和え物 ひじきの煮物 味噌汁(ほうれん草・あげ)	茄子のマリネ 腸活ゼリー(和洋)
7/2 (火)	米飯 玉ねぎのボン酢和え ピーマンのソテー	米飯 ぶり大根 春菊のお浸し 清し汁(豆腐)	米飯 鶏肉の唐揚げ カリフラワーのチーズ和え 金平ごぼう 味噌汁(椎茸・あげ)	じゃがいもの甘辛炒め 腸活ゼリー(ピーチ)
7/3 (水)	米飯 肉団子のコンソメ煮 しろなの炒め物	キーマカレー ブロッコリーのサラダ デザート(カクテル缶)	米飯 メバルの照り焼き はくさいの浅漬け かぼちゃの煮物 味噌汁(わかめ・あげ)	いんげんのソテー 腸活ゼリー(バナナ)
7/4 (木)	米飯 きのことソテー 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・あげ)	米飯 グリルチキン野菜ソース 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 腸活ゼリー(抹茶)
7/5 (金)	米飯 ベーコンエッグ マカロニサラダ	米飯 おでん ねぎ焼き 味噌汁(あおさ)	米飯 赤魚の幽庵焼き 春菊のおかか和え がんもの煮物 味噌汁(玉ねぎ・人参)	はくさいの煮浸し 腸活ゼリー(グアバ)
7/6 (土)	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 豆腐チャンプルー 小松菜とたくあんの炒め物 味噌汁(里芋・あげ)	米飯 鶏肉のカレー照り焼き きのこと金平 しろなの和え物 味噌汁(じゃがいも・玉ねぎ)	なめこのおろし和え 腸活ゼリー(マスカット)
7/7 (日)	米飯 ほうれん草のソテー ピーンズサラダ	米飯 ミニうなぎめし 七夕そうめん ◆デザート(ブルーゼリー)	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	いんげんの胡麻和え 腸活ゼリー(紅茶)
7/8 (月)	米飯 オニオンサラダ スナックえんどうのソテー	米飯 牛肉の焼肉炒め しろなの和え物 味噌汁(しめじ・あげ)	米飯 しまほっけの塩焼き もずく和え あさりの時雨煮 味噌汁(椎茸・はくさい)	いとこ煮 腸活ゼリー(巨峰)
7/9 (火)	米飯 スクランブルエッグ いんげんのソテー	米飯 豚しゃぶおろしボン酢かけ 揚げない大学いも 味噌汁(青菜・あげ)	米飯 ピーマン肉詰めフライ ◆小松菜のバター醤油炒め 冷奴 味噌汁(あおさ)	ちくわのずんだ和え 腸活ゼリー(マンゴー)
7/10 (水)	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 海老と卵の炒め物和風あんかけ ほうれん草の中華和え 中華スープ	米飯 ホキの味噌漬け焼き 大根の浅漬け 白ネギときのこの炒め物 清し汁(竹の子・わかめ)	焼き餃子 腸活ゼリー(ピーチ)
7/11 (木)	米飯 小松菜のソテー オニオンサラダ	牛丼 切干大根の煮物 味噌汁(しめじ・わかめ)	米飯 白身魚の竜田揚げ チンゲン菜のおかか和え 卵の花 味噌汁(里芋・あげ)	オクラのお浸し 腸活ゼリー(和洋)
7/12 (金)	米飯 のり塩ポテト ウインナーのコンソメ煮	米飯 カリバタチキン きゅうりの昆布和え 味噌汁(なめこ・あげ)	揚げとひじきの散らし寿司 ほうれん草の柚子和え 茄子の煮物 清し汁(トロロ昆布)	たらこスパゲティ 腸活ゼリー(バナナ)
7/13 (土)	米飯 厚焼き卵 はくさいの炒め物	米飯 豚バラ大根 カリフラワーのソテー 味噌汁(わかめ・玉ねぎ)	米飯 タラのトマトソースかけ もずく和え 長芋の甘辛炒め 清し汁(そうめん)	小松菜のおかか和え 腸活ゼリー(抹茶)
7/14 (日)	米飯 かぼちゃサラダ ピーマンのソテー	米飯 肉団子のクリーム煮(C-8材入) 春雨のドレッシング和え デザート(黄桃缶)	米飯 木の葉とじ いんげんのからし和え れんこんの炒め煮 味噌汁(豆腐)	ほうれん草の炒め物 腸活ゼリー(グアバ)
7/15 (月)	米飯 ピーンズサラダ ブロッコリーの炒め物	米飯 ◆けんちんうどん(鶏) きゅうりの酢の物 ◆デザート(すいか)	米飯 コロッケ 春菊のピーナツ和え 金平ごぼう 味噌汁(椎茸・あげ)	冬瓜の煮物 腸活ゼリー(マスカット)

# 月間献立予定表（惣菜）

デリケア(株)茨木工場

日付	朝食	昼食	夕食	小鉢 デザート
7/16 (火)	米飯 スクランブルエッグ カリフラワーのソテー	米飯 さわらの南部焼き はくさいのゆかり和え 味噌汁(玉ねぎ・人参)	枝豆と桜エビの混ぜご飯 角煮と野菜の炊き合わせ しろなの酢味噌和え 清し汁(そうめん)	人参しりしり 腸活ゼリー(紅茶)
7/17 (水)	米飯 マカロニサラダ ピーマンの炒め物	米飯 鶏肉と野菜の炒め煮 ほうれん草の磯辺和え 味噌汁(里芋・わかめ)	米飯 さばの塩焼き いんげんの中華和え じゃがいもの醤油炒め 味噌汁(えのき・あげ)	大根のかに棒あんかけ 腸活ゼリー(巨峰)
7/18 (木)	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	夏野菜カレーライス(豚) チーズサラダ デザート(パイン缶)	米飯 あじのなめろうフライ 小松菜のお浸し がんもの煮物 味噌汁(あおさ)	キャベツのソテー 腸活ゼリー(マンゴー)
7/19 (金)	米飯 ハムエッグ カリフラワーの炒め物	米飯 筑前煮(鶏) きゅうりのピクルス 味噌汁(はくさい・しめじ)	米飯 マスのムニエル 茄子の甘辛炒め チンゲン菜のお浸し コンソメスープ	蒸ししゅうまい 腸活ゼリー(和菓子)
7/20 (土)	米飯 ビーンズサラダ ごぼうの炒め煮	米飯 牛肉の山椒炒め 大根とツナの梅肉和え 味噌汁(青菜・あげ)	サラダ散らし しろなの柚子和え さつまいもの煮物 清し汁(トコロ昆布)	ひじきの煮物 腸活ゼリー(ピーチ)
7/21 (日)	米飯 ウインナーのコンソメ煮 カリフラワーのドレッシング和え	オムライス(クリーム系) ブロッコリーのソテー デザート(黄桃缶)	米飯 カレイの西京焼き もずく和え じゃこピーマン 清し汁(そうめん)	豆腐のナゲット 腸活ゼリー(川海苔)
7/22 (月)	米飯 小松菜のソテー 玉ねぎのボン酢和え	米飯 いかとキャベツのオムライス炒め煮 いんげんの昆布和え 味噌汁(あおさ)	米飯 ◆鶏とポテトのケチャップ和え チンゲン菜の胡麻和え きのこ金平 味噌汁(大根・青菜)	揚げない大学いも 腸活ゼリー(抹茶)
7/23 (火)	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 腸活ゼリー(グアバ)
7/24 (水)	米飯 茄子のミートソース煮 じゃがいものソテー	米飯 豆腐の卵きのごあんかけ チンゲン菜のナムル 味噌汁(キャベツ・わかめ)	生姜ご飯 白身魚の香り揚げ はくさいの浅漬け 清し汁(トコロ昆布)	ごぼうのそぼろ煮 腸活ゼリー(マスカット)
7/25 (木)	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(椎茸・玉ねぎ)	米飯 豚肉のカレー炒め オクラの和え物 卵の花 味噌汁(青菜・あげ)	れんこん金平 腸活ゼリー(紅茶)
7/26 (金)	米飯 マカロニサラダ カリフラワーのソテー	照りたま丼(鶏) ほうれん草のかき醤油和え 味噌汁(里芋・人参)	米飯 あじの焼き南蛮漬け ブロッコリーのおかか和え ピーマンの炒め物 清し汁(そうめん)	いとこ煮 腸活ゼリー(マンゴー)
7/27 (土)	米飯 大根サラダ スナッフえんどうの炒め物	米飯 肉巻きフライ 小松菜のお浸し 味噌汁(じゃがいも・玉ねぎ)	米飯 豚肉のトウチジャン炒め いんげんのピーナツ和え ねぎ焼き 味噌汁(しめじ・あげ)	茄子の煮物 腸活ゼリー(巨峰)
7/28 (日)	米飯 チンゲン菜のソテー ビーンズサラダ	米飯 豆乳鍋(鶏) カリフラワーのピクルス 味噌汁(里芋・わかめ)	米飯 タラと野菜のおろしソース 春雨の中華和え さつまいもの煮物 味噌汁(玉ねぎ・人参)	ミニお好み焼き 腸活ゼリー(紅茶)
7/29 (月)	米飯 スクランブルエッグ いんげんの炒め物	米飯 鶏団子の和風あん もずく和え 味噌汁(えのき・あげ)	散らし寿司 春菊の胡麻和え 切干大根の煮物 清し汁(トコロ昆布)	ひじきの煮物 腸活ゼリー(和菓子)
7/30 (火)	米飯 厚焼き卵 じゃがいものソテー	米飯 海老チリ チョレギサラダ ワンタンスープ	米飯 肉豆腐(豚) オクラの梅肉和え かぼちゃの煮物 味噌汁(あおさ)	ほうれん草のソテー 腸活ゼリー(川海苔)
7/31 (水)	米飯 はくさいの炒め物 オニオンサラダ	米飯 冷やしハイカラそば 炒り豆腐 デザート(カクテル缶)	米飯 鶏肉の照りマヨ炒め ひじきのソテー 長芋のしば漬け和え 味噌汁(大根・人参)	しろなの磯辺和え 腸活ゼリー(抹茶)

## 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 : 2024年7月1日(月) ~ 2024年7月7日(日)

	月 1	火 2	水 3	木 4	金 5	土 6	日 7
朝食	米飯 スナップえんどうのソテー キャベツのドレッシング和え	米飯 玉ねぎのポン酢和え ピーマンのソテー	米飯 肉団子のコンソメ煮 しろなの炒め物	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
	エネルギー 372 kcal 蛋白質 8.7 g 食塩 0.9 g	エネルギー 322 kcal 蛋白質 7.9 g 食塩 1.3 g	エネルギー 385 kcal 蛋白質 10.6 g 食塩 1.4 g	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 340 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
	米飯 豚肉のフォー 人参しりしり デザート(パイン缶)	米飯 ぶり大根 春菊のお浸し 清し汁(豆腐)	キーマカレー ブロッコリーのサラダ デザート(カクテル缶)	米飯 白身魚フライ 海老芋の生姜あんかけ 味噌汁(えのき・あげ)	米飯 おでん ねぎ焼き 味噌汁(あおさ)	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(里芋・あげ)	ミニうなぎめし 七夕そうめん ◆デザート(ブルーゼリー)
エネルギー 570 kcal 蛋白質 20.1 g 食塩 3.1 g	エネルギー 547 kcal 蛋白質 24.8 g 食塩 3.6 g	エネルギー 730 kcal 蛋白質 25.3 g 食塩 3.9 g	エネルギー 623 kcal 蛋白質 14.6 g 食塩 2.3 g	エネルギー 465 kcal 蛋白質 18.8 g 食塩 3.8 g	エネルギー 611 kcal 蛋白質 27.3 g 食塩 3.4 g	エネルギー 622 kcal 蛋白質 19.5 g 食塩 5.2 g	
夕食	米飯 親子とじ(鶏) オクラの和え物 ひじきの煮物 味噌汁(ほうれん草・あげ)	米飯 鶏肉の唐揚げ カリフラワーのチーズ和え 金平ごぼう 味噌汁(椎茸・あげ)	米飯 メバルの照り焼き はくさいの浅漬け かぼちやの煮物 味噌汁(わかめ・あげ)	米飯 グリルチキン野菜ソース 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 赤魚の幽庵焼き 春菊のおかか和え がんもの煮物 味噌汁(玉ねぎ・人参)	米飯 鶏肉のカレー照り焼き きのこ金平 しろなの和え物 味噌汁(じゃがいも・玉ねぎ)	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
	エネルギー 615 kcal 蛋白質 26.5 g 食塩 4.3 g	エネルギー 687 kcal 蛋白質 28.5 g 食塩 2.4 g	エネルギー 474 kcal 蛋白質 21.7 g 食塩 3.4 g	エネルギー 667 kcal 蛋白質 31.6 g 食塩 3.8 g	エネルギー 480 kcal 蛋白質 22.1 g 食塩 3.1 g	エネルギー 608 kcal 蛋白質 26.1 g 食塩 2.9 g	エネルギー 482 kcal 蛋白質 22.2 g 食塩 4.6 g
	茄子のマリネ	じゃがいもの甘辛炒め	いんげんのソテー	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
エネルギー 52 kcal 蛋白質 0.9 g 食塩 0.8 g	エネルギー 81 kcal 蛋白質 1.6 g 食塩 0.5 g	エネルギー 54 kcal 蛋白質 1.8 g 食塩 0.5 g	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 27 kcal 蛋白質 1.1 g 食塩 0.7 g	
単品デ	腸活ゼリー(オレンジ)	腸活ゼリー(ピーチ)	腸活ゼリー(ソルティライチ)	腸活ゼリー(抹茶)	腸活ゼリー(クアパ)	腸活ゼリー(マスカット)	腸活ゼリー(紅茶)
	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 38 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	エネルギー 55 kcal 蛋白質 0.1 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 52 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 1659 kcal 蛋白質 56.2 g 食塩 9.4 g	エネルギー 1688 kcal 蛋白質 62.8 g 食塩 8.1 g	エネルギー 1681 kcal 蛋白質 59.4 g 食塩 9.5 g	エネルギー 1712 kcal 蛋白質 54.6 g 食塩 7.8 g	エネルギー 1489 kcal 蛋白質 55.9 g 食塩 8.4 g	エネルギー 1624 kcal 蛋白質 61.9 g 食塩 7.8 g	エネルギー 1574 kcal 蛋白質 53.1 g 食塩 11.8 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 : 2024年7月8日(月) ~ 2024年7月14日(日)

	月 8	火 9	水 10	木 11	金 12	土 13	日 14
朝食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	オニオンサラダ	スクランブルエッグ	はくさいの炒め物	小松菜のソテー	のり塩ポテト	厚焼き卵	かぼちゃサラダ
	スナップえんどうのソテー	いんげんのソテー	カリフラワーのマヨネーズ和え	オニオンサラダ	ウインナーのコンソメ煮	はくさいの炒め物	ピーマンのソテー
	エネルギー 361 kcal 蛋白質 6.9 g 食塩 0.7 g	エネルギー 423 kcal 蛋白質 13.5 g 食塩 0.9 g	エネルギー 381 kcal 蛋白質 9.4 g 食塩 1.0 g	エネルギー 375 kcal 蛋白質 8.2 g 食塩 0.7 g	エネルギー 340 kcal 蛋白質 7.1 g 食塩 0.7 g	エネルギー 351 kcal 蛋白質 9.9 g 食塩 1.1 g	エネルギー 410 kcal 蛋白質 7.6 g 食塩 0.9 g
昼食	米飯	米飯	米飯	牛丼	米飯	米飯	米飯
	牛肉の焼肉炒め	豚しゃぶおろしポン酢かけ	海老と卵の炒め物和风あんかけ	切干大根の煮物	ガリバタチキン	豚バラ大根	肉団子のクリーム煮(C-8オイル入)
	しろなの和え物	揚げない大学いも	ほうれん草の中華和え	味噌汁(しめじ・わかめ)	きゅうりの昆布和え	カリフラワーのソテー	春雨のドレッシング和え
	味噌汁(しめじ・あげ)	味噌汁(青菜・あげ)	中華スープ		味噌汁(なめこ・あげ)	味噌汁(わかめ・玉ねぎ)	デザート(黄桃缶)
エネルギー 551 kcal 蛋白質 23.1 g 食塩 2.7 g	エネルギー 537 kcal 蛋白質 23.2 g 食塩 2.0 g	エネルギー 504 kcal 蛋白質 21.9 g 食塩 3.5 g	エネルギー 551 kcal 蛋白質 19.5 g 食塩 3.2 g	エネルギー 485 kcal 蛋白質 19.8 g 食塩 2.8 g	エネルギー 664 kcal 蛋白質 19.5 g 食塩 2.4 g	エネルギー 705 kcal 蛋白質 16.8 g 食塩 4.1 g	
夕食	米飯	米飯	米飯	米飯	揚げとひじきの散らし寿司	米飯	米飯
	しまほっけの塩焼き	ピーマン肉詰めフライ	ホキの味噌漬け焼き	白身魚の竜田揚げ	ほうれん草の柚子和え	タラのトマトソースかけ	木の葉とじ
	もずく和え	◆小松菜のバター醤油炒め	大根の浅漬け	チンゲン菜のおかか和え	茄子の煮物	もずく和え	いんげんのからし和え
	あさりの時雨煮	冷奴	白ネギときのこの炒め物	卵の花	清し汁(トロロ昆布)	長芋の甘辛炒め	れんこんの炒め煮
味噌汁(椎茸・はくさい)	味噌汁(あおさ)	清し汁(竹の子・わかめ)	味噌汁(里芋・あげ)		清し汁(そうめん)	味噌汁(豆腐)	
エネルギー 397 kcal 蛋白質 20.9 g 食塩 2.8 g	エネルギー 539 kcal 蛋白質 14.9 g 食塩 2.9 g	エネルギー 433 kcal 蛋白質 20.1 g 食塩 3.8 g	エネルギー 518 kcal 蛋白質 20.8 g 食塩 3.1 g	エネルギー 489 kcal 蛋白質 13.0 g 食塩 4.9 g	エネルギー 489 kcal 蛋白質 21.1 g 食塩 3.3 g	エネルギー 529 kcal 蛋白質 19.7 g 食塩 3.2 g	
単品小	いとこ煮	ちくわのずんだ和え	焼き餃子	オクラのお浸し	たらこスパゲティ	小松菜のおかか和え	ほうれん草の炒め物
	エネルギー 82 kcal 蛋白質 2.6 g 食塩 0.7 g	エネルギー 71 kcal 蛋白質 4.5 g 食塩 1.3 g	エネルギー 57 kcal 蛋白質 2.3 g 食塩 0.3 g	エネルギー 49 kcal 蛋白質 2.2 g 食塩 0.8 g	エネルギー 88 kcal 蛋白質 3.0 g 食塩 0.8 g	エネルギー 18 kcal 蛋白質 1.1 g 食塩 0.7 g	エネルギー 39 kcal 蛋白質 1.8 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)	腸活ゼリー(オレンジ)	腸活ゼリー(ソルティライチ)	腸活ゼリー(抹茶)	腸活ゼリー(クアパ)
	エネルギー 51 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 51 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 38 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	エネルギー 55 kcal 蛋白質 0.1 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 1442 kcal 蛋白質 53.5 g 食塩 7.2 g	エネルギー 1619 kcal 蛋白質 56.1 g 食塩 7.4 g	エネルギー 1426 kcal 蛋白質 53.7 g 食塩 8.9 g	エネルギー 1543 kcal 蛋白質 50.7 g 食塩 8.1 g	エネルギー 1440 kcal 蛋白質 42.9 g 食塩 9.5 g	エネルギー 1577 kcal 蛋白質 51.7 g 食塩 7.8 g	エネルギー 1734 kcal 蛋白質 45.9 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 : 2024年7月15日(月) ~ 2024年7月21日(日)

	月 15	火 16	水 17	木 18	金 19	土 20	日 21
朝食	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	米飯 チキンボールのコンソメ煮 スナップえんどうの炒め物	米飯 ハムエッグ カリフラワーの炒め物	米飯 ビーンズサラダ ごぼうの炒め煮	米飯 ウインナーのコンソメ煮 カリフラワーのドレッシング和え
	エネルギー 384 kcal 蛋白質 9.9 g 食塩 0.7 g	エネルギー 409 kcal 蛋白質 14.9 g 食塩 1.0 g	エネルギー 394 kcal 蛋白質 6.7 g 食塩 0.7 g	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 359 kcal 蛋白質 8.5 g 食塩 0.9 g
昼食	米飯 ◆けんちんうどん(鶏) きゅうりの酢の物 ◆デザート(すいか)	米飯 さわらの南部焼き はくさいのゆかり和え 味噌汁(玉ねぎ・人参)	米飯 鶏肉と野菜の炒め煮 ほうれん草の磯辺和え 味噌汁(里芋・わかめ)	夏野菜カレーライス(豚) チーズサラダ デザート(パイン缶)	米飯 筑前煮(鶏) きゅうりのピクルス 味噌汁(はくさい・しめじ)	米飯 牛肉の山椒炒め 大根とツナの梅肉和え 味噌汁(青菜・あげ)	オムライス(クリームソース) ブロッコリーのソテー デザート(黄桃缶)
	エネルギー 575 kcal 蛋白質 16.4 g 食塩 3.6 g	エネルギー 480 kcal 蛋白質 21.2 g 食塩 2.2 g	エネルギー 508 kcal 蛋白質 20.4 g 食塩 2.5 g	エネルギー 672 kcal 蛋白質 17.6 g 食塩 3.5 g	エネルギー 543 kcal 蛋白質 21.7 g 食塩 2.9 g	エネルギー 576 kcal 蛋白質 24.4 g 食塩 3.2 g	エネルギー 531 kcal 蛋白質 13.7 g 食塩 3.1 g
夕食	米飯 コロッケ 春菊のピーナツ和え 金平ごぼう 味噌汁(椎茸・あげ)	枝豆と桜エビの混ぜご飯 角煮と野菜の炊き合わせ しろなの酢味噌和え 清し汁(そうめん)	米飯 さばの塩焼き いんげんの中華和え じゃがいもの醤油炒め 味噌汁(えのき・あげ)	米飯 あじのなめろうフライ 小松菜のお浸し がんもの煮物 味噌汁(あおさ)	米飯 マスのムニエル 茄子の甘辛炒め チンゲン菜のお浸し コンソメスープ	サラダ散らし しろなの柚子和え さつまいもの煮物 清し汁(トロロ昆布)	米飯 カレイの西京焼き もずく和え じゃこピーマン 清し汁(そうめん)
	エネルギー 702 kcal 蛋白質 16.7 g 食塩 3.8 g	エネルギー 563 kcal 蛋白質 21.7 g 食塩 4.6 g	エネルギー 501 kcal 蛋白質 23.8 g 食塩 2.7 g	エネルギー 469 kcal 蛋白質 14.5 g 食塩 2.6 g	エネルギー 557 kcal 蛋白質 21.9 g 食塩 3.5 g	エネルギー 502 kcal 蛋白質 13.4 g 食塩 4.1 g	エネルギー 452 kcal 蛋白質 23.5 g 食塩 3.9 g
単品小	冬瓜の煮物	人参しりしり	大根のかに棒あんかけ	キャベツのソテー	蒸ししゅうまい	ひじきの煮物	豆腐のナゲット
	エネルギー 39 kcal 蛋白質 1.8 g 食塩 0.5 g	エネルギー 58 kcal 蛋白質 2.2 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 68 kcal 蛋白質 2.6 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 134 kcal 蛋白質 2.0 g 食塩 0.3 g
単品デ	腸活ゼリー(マスカット)	腸活ゼリー(紅茶)	腸活ゼリー(巨峰)	腸活ゼリー(マンゴー)	腸活ゼリー(オレンジ)	腸活ゼリー(ピーチ)	腸活ゼリー(ソルティライフ)
	エネルギー 52 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 51 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 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 38 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g
	エネルギー 1752 kcal 蛋白質 44.8 g 食塩 8.9 g	エネルギー 1559 kcal 蛋白質 60.0 g 食塩 8.4 g	エネルギー 1512 kcal 蛋白質 52.6 g 食塩 7.0 g	エネルギー 1615 kcal 蛋白質 44.4 g 食塩 8.0 g	エネルギー 1636 kcal 蛋白質 59.1 g 食塩 7.8 g	エネルギー 1573 kcal 蛋白質 48.5 g 食塩 9.2 g	エネルギー 1514 kcal 蛋白質 47.7 g 食塩 8.5 g

## 〈献立表〉

現場 : デリケア(株)茨木工場

献立種類 : 惣菜(通常/A)

年月日 : 2024年7月22日(月) ~ 2024年7月28日(日)

	月 22	火 23	水 24	木 25	金 26	土 27	日 28
朝食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	小松菜のソテー	かぼちゃサラダ	茄子のミートソース煮	温野菜サラダ	マカロニサラダ	大根サラダ	チンゲン菜のソテー
	玉ねぎのポン酢和え	ほうれん草のソテー	じゃがいものソテー	きのこソテー	カリフラワーのソテー	スナップえんどうの炒め物	ビーンズサラダ
	エネルギー 339 kcal 蛋白質 8.4 g 食塩 1.4 g	エネルギー 411 kcal 蛋白質 7.8 g 食塩 0.7 g	エネルギー 372 kcal 蛋白質 7.6 g 食塩 0.9 g	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 8.7 g 食塩 0.7 g	エネルギー 355 kcal 蛋白質 7.4 g 食塩 0.9 g	エネルギー 365 kcal 蛋白質 8.1 g 食塩 0.7 g
昼食	米飯	米飯	米飯	米飯	照りたま丼(鶏)	米飯	米飯
	いかとキャベツのオスターソース炒め煮	醤油ラーメン	豆腐の卵きのこあんかけ	ぶりの煮つけ	ほうれん草のかき醤油和え	肉巻きフライ	豆乳鍋(鶏)
	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	しろなのお浸し	味噌汁(里芋・人参)	小松菜のお浸し	カリフラワーのピクルス
	味噌汁(あおさ)	デザート(みかん缶)	味噌汁(キャベツ・わかめ)	味噌汁(椎茸・玉ねぎ)		味噌汁(じゃがいも・玉ねぎ)	味噌汁(里芋・わかめ)
エネルギー 444 kcal 蛋白質 17.7 g 食塩 3.9 g	エネルギー 581 kcal 蛋白質 17.0 g 食塩 6.7 g	エネルギー 495 kcal 蛋白質 21.3 g 食塩 4.2 g	エネルギー 543 kcal 蛋白質 23.3 g 食塩 3.5 g	エネルギー 525 kcal 蛋白質 23.6 g 食塩 2.3 g	エネルギー 480 kcal 蛋白質 16.2 g 食塩 2.3 g	エネルギー 486 kcal 蛋白質 21.2 g 食塩 3.6 g	
夕食	米飯	米飯	生姜ご飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	◆鶏とポテトのケチャップ和え	豚バラと白菜の生姜あん	白身魚の香り揚げ	豚肉のカレー炒め	あじの焼き南蛮漬け	豚肉のトウチジャン炒め	タラと野菜のおろしソース
	チンゲン菜の胡麻和え	スナップえんどうの香味和え	はくさいの浅漬け	オクラの和え物	ブロッコリーのおかか和え	いんげんのピーナツ和え	春雨の中華和え
	きのこ金平	肉まん	清し汁(トロロ昆布)	卵の花	ピーマンの炒め物	ねぎ焼き	さつまいもの煮物
味噌汁(大根・青菜)	はるさめスープ		味噌汁(青菜・あげ)	清し汁(そうめん)	味噌汁(しめじ・あげ)	味噌汁(玉ねぎ・人参)	
エネルギー 599 kcal 蛋白質 19.0 g 食塩 3.4 g	エネルギー 690 kcal 蛋白質 22.4 g 食塩 4.0 g	エネルギー 545 kcal 蛋白質 21.3 g 食塩 4.7 g	エネルギー 603 kcal 蛋白質 25.5 g 食塩 3.9 g	エネルギー 567 kcal 蛋白質 23.6 g 食塩 3.5 g	エネルギー 625 kcal 蛋白質 26.3 g 食塩 3.7 g	エネルギー 490 kcal 蛋白質 19.7 g 食塩 2.8 g	
単品小	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	れんこん金平	いとこ煮	茄子の煮物	ミニお好み焼き
	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 72 kcal 蛋白質 0.8 g 食塩 0.4 g	エネルギー 82 kcal 蛋白質 2.6 g 食塩 0.7 g	エネルギー 46 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
単品デ	腸活ゼリー(抹茶)	腸活ゼリー(グアバ)	腸活ゼリー(マスカット)	腸活ゼリー(紅茶)	腸活ゼリー(マンゴー)	腸活ゼリー(巨峰)	腸活ゼリー(紅茶)
	エネルギー 55 kcal 蛋白質 0.1 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 52 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 49 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 49 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g
	エネルギー 1558 kcal 蛋白質 46.1 g 食塩 9.4 g	エネルギー 1746 kcal 蛋白質 47.9 g 食塩 12.0 g	エネルギー 1532 kcal 蛋白質 53.3 g 食塩 10.7 g	エネルギー 1655 kcal 蛋白質 57.0 g 食塩 9.0 g	エネルギー 1633 kcal 蛋白質 58.5 g 食塩 7.5 g	エネルギー 1557 kcal 蛋白質 50.9 g 食塩 7.6 g	エネルギー 1425 kcal 蛋白質 50.3 g 食塩 7.9 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 : 2024年7月29日(月) ~ 2024年8月4日(日)

	月 29	火 30	水 31	木 1	金 2	土 3	日 4
朝食	米飯 スクランブルエッグ いんげんの炒め物	米飯 厚焼き卵 じゃがいものソテー	米飯 はくさいの炒め物 オニオンサラダ				
	エネルギー - 398 kcal 蛋白質 13.4 g 食塩 0.9 g	エネルギー - 375 kcal 蛋白質 10.3 g 食塩 1.1 g	エネルギー - 348 kcal 蛋白質 7.4 g 食塩 1.0 g				
昼食	米飯 鶏団子の和風あん もずく和え 味噌汁(えのき・あげ)	米飯 海老チリ チョレギサラダ ワントンスープ	米飯 冷やしハイカラそば 炒り豆腐 デザート(カクテル缶)				
	エネルギー - 492 kcal 蛋白質 17.9 g 食塩 4.2 g	エネルギー - 502 kcal 蛋白質 12.1 g 食塩 3.3 g	エネルギー - 569 kcal 蛋白質 17.5 g 食塩 3.5 g				
夕食	散らし寿司 春菊の胡麻和え 切干大根の煮物 清し汁(トロロ昆布)	米飯 肉豆腐(豚) オクラの梅肉和え かぼちやの煮物 味噌汁(あおさ)	米飯 鶏肉の照りマヨ炒め ひじきのソテー 長芋のしば漬け和え 味噌汁(大根・人参)				
	エネルギー - 448 kcal 蛋白質 14.3 g 食塩 4.6 g	エネルギー - 605 kcal 蛋白質 28.8 g 食塩 3.9 g	エネルギー - 616 kcal 蛋白質 21.1 g 食塩 2.6 g				
単品小	ひじきの煮物	ほうれん草のソテー	しろなの磯辺和え				
	エネルギー - 49 kcal 蛋白質 1.6 g 食塩 0.8 g	エネルギー - 55 kcal 蛋白質 3.4 g 食塩 0.5 g	エネルギー - 15 kcal 蛋白質 0.9 g 食塩 0.4 g				
単品デ	腸活ゼリー(オレンジ)	腸活ゼリー(ソルティライチ)	腸活ゼリー(抹茶)				
	エネルギー - 50 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	エネルギー - 38 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	エネルギー - 55 kcal 蛋白質 0.1 g 食塩 0.3 g				
	エネルギー - 1437 kcal 蛋白質 47.2 g 食塩 10.8 g	エネルギー - 1575 kcal 蛋白質 54.6 g 食塩 9.1 g	エネルギー - 1603 kcal 蛋白質 47.0 g 食塩 7.8 g				