

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
7/1 (月)	米飯 スナッフえんどうのソテー 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
7/2 (火)	米飯 玉ねぎのボン酢和え ヒーマンのソテー	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
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 フ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
7/4 (木)	米飯 きのこソテー 温野菜サラダ	米飯 白身魚フライ 海老芋の生妻あんかけ 味噌汁（えのき・あげ）	米飯 カリルチキン野菜ソース きゅうりとツナの和え物 ほうれん草のカーリック炒め コンソメスープ	チンゲン菜の胡麻和え
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 かんもの煮物 味噌汁（玉ねぎ・人参）	はくさいの煮浸し
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
7/7 (日)	米飯 ほうれん草のソテー ヒーンズサラダ	ミニうなぎめし 七夕そうめん デザート（パイン缶）	米飯 海鮮八宝菜 フロッコリーの香味和え ヒーマンの炒め物 わかめスープ	いんげんの胡麻和え
7/8 (月)	米飯 オニオンサラダ スナッフえんどうのソテー	米飯 牛肉の炒め物 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
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 揚げない大芋いも 味噌汁（青菜・あげ）	米飯 ヒ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）	ちくわのすんだ和え
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 ホギの味噌漬け焼き 大根の浅漬け 白ネギときこの炒め物 清し汁（竹の子・わかめ）	焼き餃子
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
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
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
7/14 (日)	米飯 かぼちゃサラダ ヒーマンのソテー	米飯 肉団子のクリーム煮（C-8材1缶入） 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
7/15 (月)	米飯 ヒーンズサラダ フ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

月間献立予定表（食材）

デリケア(徳茂木工場)

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
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
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(ハイン缶)	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
7/19 (金)	米飯 ハムエッグ カリフラワーの炒め物	米飯 鶏前煮(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
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(トロロ昆布)	ひじきの煮物
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) フ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
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イルソース炒め煮 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
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
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 豆腐の卵きのかあんかけ 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(トロロ昆布)	ごぼうのそぼろ煮
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
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 フ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
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
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
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(トロロ昆布)	ひじきの煮物
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
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 長芋のしぼ漬け和え 味噌汁(大根・人参)	しろなの磯辺和え

〈献立表〉

現場 : デリケア(株)茨木工場

献立種類 : 食材(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	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	スナップえんどうのソテー	玉ねぎのポン酢和え	肉団子のコンソメ煮	きのこソテー	ベーコンエッグ	茄子のミートソース煮	ほうれん草のソテー
	キャベツのドレッシング和え	ピーマンのソテー	しろなの炒め物	温野菜サラダ	マカロニサラダ	きゅうりのドレッシング和え	ビーンズサラダ
	エネルギー 372 kcal 蛋白質 8.7 g	エネルギー 322 kcal 蛋白質 7.9 g	エネルギー 385 kcal 蛋白質 10.6 g	エネルギー 336 kcal 蛋白質 6.8 g	エネルギー 476 kcal 蛋白質 13.9 g	エネルギー 324 kcal 蛋白質 7.7 g	エネルギー 394 kcal 蛋白質 10.3 g
	食塩 0.9 g	食塩 1.3 g	食塩 1.4 g	食塩 0.6 g	食塩 0.7 g	食塩 0.9 g	食塩 1.0 g
昼食	米飯	米飯	キーマカレー	米飯	米飯	米飯	米飯
	豚肉のフォー	ぶり大根	ブロッコリーのサラダ	白身魚フライ	おでん	豆腐チャンプルー	七夕そうめん
	人参しりしり	春菊のお浸し	デザート(カクテル缶)	海老芋の生姜あんかけ	ねぎ焼き	小松菜とたくあんの炒め物	デザート(パイ缶)
	デザート(パイ缶)	清し汁(豆腐)		味噌汁(えのき・あげ)	味噌汁(あおさ)	味噌汁(里芋・あげ)	
	エネルギー 570 kcal 蛋白質 20.1 g	エネルギー 547 kcal 蛋白質 24.7 g	エネルギー 712 kcal 蛋白質 25.4 g	エネルギー 623 kcal 蛋白質 14.6 g	エネルギー 468 kcal 蛋白質 19.7 g	エネルギー 611 kcal 蛋白質 27.3 g	エネルギー 629 kcal 蛋白質 19.6 g
食塩 3.1 g	食塩 3.6 g	食塩 3.9 g	食塩 2.3 g	食塩 3.5 g	食塩 3.5 g	食塩 4.9 g	
夕食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	親子とじ(鶏)	鶏肉の唐揚げ	メバルの照り焼き	グリルチキン野菜ソース	赤魚の幽庵焼き	鶏肉のカレー照り焼き	海鮮八宝菜
	オクラの和え物	カリフラワーのチーズ和え	はくさいの浅漬け	きゅうりとツナの和え物	春菊のおかか和え	きのこ金平	ブロッコリーの香味和え
	ひじきの煮物	金平ごぼう	かぼちゃの煮物	ほうれん草のガーリック炒め	がんもの煮物	しろなの和え物	ピーマンの炒め物
	味噌汁(ほうれん草・あげ)	味噌汁(椎茸・あげ)	味噌汁(わかめ・あげ)	コンソメスープ	味噌汁(玉ねぎ・人参)	味噌汁(じゃがいも・玉ねぎ)	わかめスープ
エネルギー 615 kcal 蛋白質 26.5 g	エネルギー 687 kcal 蛋白質 28.5 g	エネルギー 478 kcal 蛋白質 21.6 g	エネルギー 626 kcal 蛋白質 28.3 g	エネルギー 480 kcal 蛋白質 22.1 g	エネルギー 617 kcal 蛋白質 26.2 g	エネルギー 482 kcal 蛋白質 22.2 g	
食塩 4.4 g	食塩 2.5 g	食塩 3.5 g	食塩 3.9 g	食塩 3.2 g	食塩 3.0 g	食塩 4.6 g	
単品小	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 86 kcal 蛋白質 0.9 g	エネルギー 81 kcal 蛋白質 1.6 g	エネルギー 54 kcal 蛋白質 1.8 g	エネルギー 31 kcal 蛋白質 1.5 g	エネルギー 17 kcal 蛋白質 1.1 g	エネルギー 13 kcal 蛋白質 0.8 g	エネルギー 27 kcal 蛋白質 1.1 g
	食塩 0.8 g	食塩 0.5 g	食塩 0.5 g	食塩 0.8 g	食塩 0.5 g	食塩 0.3 g	食塩 0.7 g
エネルギー 1643 kcal 蛋白質 56.2 g	エネルギー 1637 kcal 蛋白質 62.7 g	エネルギー 1629 kcal 蛋白質 59.4 g	エネルギー 1616 kcal 蛋白質 51.2 g	エネルギー 1441 kcal 蛋白質 56.8 g	エネルギー 1565 kcal 蛋白質 62.0 g	エネルギー 1532 kcal 蛋白質 53.2 g	
食塩 9.2 g	食塩 7.9 g	食塩 9.3 g	食塩 7.6 g	食塩 7.9 g	食塩 7.7 g	食塩 11.2 g	

〈献立表〉

現場 : デリケア(株)茨木工場

献立種類 : 食材(通常/A)

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	エネルギー - 423 kcal 蛋白質 13.5 g	エネルギー - 381 kcal 蛋白質 9.4 g	エネルギー - 375 kcal 蛋白質 8.2 g	エネルギー - 340 kcal 蛋白質 7.1 g	エネルギー - 351 kcal 蛋白質 9.9 g	エネルギー - 414 kcal 蛋白質 7.5 g
	食塩 0.7 g	食塩 0.9 g	食塩 1.0 g	食塩 0.7 g	食塩 0.7 g	食塩 1.1 g	食塩 0.9 g
昼食	米飯	米飯	米飯	牛丼	米飯	米飯	米飯
	牛肉の炒め物	豚しゃぶおろしポン酢かけ	海老と卵の炒め物和風あんかけ	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	エネルギー - 537 kcal 蛋白質 23.2 g	エネルギー - 504 kcal 蛋白質 21.9 g	エネルギー - 551 kcal 蛋白質 19.5 g	エネルギー - 485 kcal 蛋白質 19.8 g	エネルギー - 664 kcal 蛋白質 19.5 g	エネルギー - 705 kcal 蛋白質 16.8 g
食塩 2.7 g	食塩 2.0 g	食塩 3.5 g	食塩 3.2 g	食塩 2.8 g	食塩 2.4 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	エネルギー - 539 kcal 蛋白質 14.9 g	エネルギー - 435 kcal 蛋白質 20.0 g	エネルギー - 518 kcal 蛋白質 20.8 g	エネルギー - 468 kcal 蛋白質 13.0 g	エネルギー - 489 kcal 蛋白質 21.1 g	エネルギー - 530 kcal 蛋白質 19.8 g	
食塩 2.8 g	食塩 2.9 g	食塩 3.8 g	食塩 3.2 g	食塩 4.9 g	食塩 3.3 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 - 92 kcal 蛋白質 2.4 g	エネルギー - 71 kcal 蛋白質 4.5 g	エネルギー - 57 kcal 蛋白質 2.3 g	エネルギー - 49 kcal 蛋白質 2.2 g	エネルギー - 88 kcal 蛋白質 3.0 g	エネルギー - 18 kcal 蛋白質 1.1 g	エネルギー - 39 kcal 蛋白質 1.8 g
	食塩 0.8 g	食塩 1.3 g	食塩 0.3 g	食塩 0.8 g	食塩 0.8 g	食塩 0.7 g	食塩 0.4 g
エネルギー - 1401 kcal 蛋白質 53.3 g	エネルギー - 1570 kcal 蛋白質 56.1 g	エネルギー - 1377 kcal 蛋白質 53.6 g	エネルギー - 1493 kcal 蛋白質 50.7 g	エネルギー - 1381 kcal 蛋白質 42.9 g	エネルギー - 1522 kcal 蛋白質 51.6 g	エネルギー - 1688 kcal 蛋白質 45.9 g	
食塩 7.0 g	食塩 7.1 g	食塩 8.6 g	食塩 7.9 g	食塩 9.2 g	食塩 7.5 g	食塩 8.6 g	

〈献立表〉

現場 : デリケア(株)茨木工場

献立種類 : 食材(通常/A)

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	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	ビーンズサラダ	スクランブルエッグ	マカロニサラダ	チキンボールのコンソメ煮	ハムエッグ	ビーンズサラダ	ウインナーのコンソメ煮
	ブロッコリーの炒め物	カリフラワーのソテー	ピーマンの炒め物	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
	1人分* - 384 kcal 蛋白質 9.9 g	1人分* - 409 kcal 蛋白質 14.9 g	1人分* - 394 kcal 蛋白質 6.7 g	1人分* - 357 kcal 蛋白質 9.7 g	1人分* - 404 kcal 蛋白質 13.9 g	1人分* - 385 kcal 蛋白質 8.4 g	1人分* - 359 kcal 蛋白質 8.5 g
	食塩 0.7 g	食塩 1.0 g	食塩 0.7 g	食塩 1.2 g	食塩 0.7 g	食塩 0.8 g	食塩 0.9 g
昼食	米飯	米飯	米飯	夏野菜カレーライス(豚)	米飯	米飯	オムライス(クリームソース)
	◆けんちんうどん(鶏)	さわらの南部焼き	鶏肉と野菜の炒め煮	チーズサラダ	筑前煮(鶏)	牛肉の山椒炒め	ブロッコリーのソテー
	きゅうりの酢の物	はくさいのゆかり和え	ほうれん草の磯辺和え	デザート(パイ缶)	きゅうりのピクルス	大根とツナの梅肉和え	デザート(黄桃缶)
	◆デザート(すいか)	味噌汁(玉ねぎ・人参)	味噌汁(里芋・わかめ)		味噌汁(はくさい・しめじ)	味噌汁(青菜・あげ)	
	1人分* - 579 kcal 蛋白質 17.5 g	1人分* - 482 kcal 蛋白質 21.1 g	1人分* - 509 kcal 蛋白質 20.6 g	1人分* - 660 kcal 蛋白質 17.6 g	1人分* - 543 kcal 蛋白質 21.7 g	1人分* - 577 kcal 蛋白質 24.4 g	1人分* - 531 kcal 蛋白質 13.7 g
食塩 3.7 g	食塩 2.3 g	食塩 2.9 g	食塩 3.5 g	食塩 2.9 g	食塩 3.4 g	食塩 3.1 g	
夕食	米飯	枝豆と桜エビの混ぜご飯	米飯	米飯	米飯	サラダ散らし	米飯
	コロッケ	角煮と野菜の炊き合わせ	さばの塩焼き	あじのなめろうフライ	マスのムニエル	しろなの柚子和え	カレイの西京焼き
	春菊のピーナツ和え	しろなの酢味噌和え	いんげんの中華和え	小松菜のお浸し	茄子の甘辛炒め	さつまいもの煮物	もずく和え
	金平ごぼう	清し汁(そうめん)	じゃがいもの醤油炒め	がんもの煮物	チンゲン菜のお浸し	清し汁(トロロ昆布)	じゃこピーマン
	味噌汁(椎茸・あげ)		味噌汁(えのき・あげ)	味噌汁(あおさ)	コンソメスープ		清し汁(そうめん)
1人分* - 661 kcal 蛋白質 15.4 g	1人分* - 551 kcal 蛋白質 21.7 g	1人分* - 501 kcal 蛋白質 23.8 g	1人分* - 469 kcal 蛋白質 14.6 g	1人分* - 536 kcal 蛋白質 21.9 g	1人分* - 503 kcal 蛋白質 13.4 g	1人分* - 452 kcal 蛋白質 23.5 g	
食塩 3.7 g	食塩 4.6 g	食塩 2.7 g	食塩 2.6 g	食塩 3.5 g	食塩 4.1 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
	1人分* - 39 kcal 蛋白質 1.8 g	1人分* - 58 kcal 蛋白質 2.2 g	1人分* - 58 kcal 蛋白質 1.7 g	1人分* - 68 kcal 蛋白質 2.6 g	1人分* - 82 kcal 蛋白質 1.6 g	1人分* - 59 kcal 蛋白質 2.3 g	1人分* - 134 kcal 蛋白質 2.0 g
	食塩 0.5 g	食塩 0.3 g	食塩 0.8 g	食塩 0.4 g	食塩 0.4 g	食塩 0.8 g	食塩 0.3 g
1人分* - 1663 kcal 蛋白質 44.6 g	1人分* - 1500 kcal 蛋白質 59.9 g	1人分* - 1462 kcal 蛋白質 52.8 g	1人分* - 1554 kcal 蛋白質 44.5 g	1人分* - 1565 kcal 蛋白質 59.1 g	1人分* - 1524 kcal 蛋白質 48.5 g	1人分* - 1476 kcal 蛋白質 47.7 g	
食塩 8.6 g	食塩 8.2 g	食塩 7.1 g	食塩 7.7 g	食塩 7.5 g	食塩 9.1 g	食塩 8.2 g	

〈献立表〉

現場 : デリケア(株)茨木工場

献立種類 : 食材(通常/A)

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
	1人分 - 339 kcal 蛋白質 8.4 g	1人分 - 415 kcal 蛋白質 7.7 g	1人分 - 356 kcal 蛋白質 7.6 g	1人分 - 388 kcal 蛋白質 7.4 g	1人分 - 410 kcal 蛋白質 8.7 g	1人分 - 355 kcal 蛋白質 7.4 g	1人分 - 365 kcal 蛋白質 8.1 g
	食塩 1.4 g	食塩 0.7 g	食塩 0.9 g	食塩 0.9 g	食塩 0.7 g	食塩 0.9 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ムレツソース炒め煮	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)
	1人分 - 444 kcal 蛋白質 17.7 g	1人分 - 584 kcal 蛋白質 17.7 g	1人分 - 495 kcal 蛋白質 21.3 g	1人分 - 543 kcal 蛋白質 23.2 g	1人分 - 525 kcal 蛋白質 23.6 g	1人分 - 480 kcal 蛋白質 16.2 g	1人分 - 486 kcal 蛋白質 21.2 g
食塩 3.9 g	食塩 6.4 g	食塩 4.2 g	食塩 3.5 g	食塩 2.4 g	食塩 2.3 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)
1人分 - 599 kcal 蛋白質 19.0 g	1人分 - 690 kcal 蛋白質 22.4 g	1人分 - 547 kcal 蛋白質 22.2 g	1人分 - 603 kcal 蛋白質 25.5 g	1人分 - 549 kcal 蛋白質 23.6 g	1人分 - 584 kcal 蛋白質 25.1 g	1人分 - 490 kcal 蛋白質 19.7 g	
食塩 3.4 g	食塩 4.0 g	食塩 4.1 g	食塩 3.9 g	食塩 3.5 g	食塩 3.7 g	食塩 2.9 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
	1人分 - 121 kcal 蛋白質 0.9 g	1人分 - 13 kcal 蛋白質 0.7 g	1人分 - 68 kcal 蛋白質 3.1 g	1人分 - 72 kcal 蛋白質 0.8 g	1人分 - 84 kcal 蛋白質 2.0 g	1人分 - 25 kcal 蛋白質 1.0 g	1人分 - 35 kcal 蛋白質 1.3 g
	食塩 0.4 g	食塩 0.3 g	食塩 0.6 g	食塩 0.4 g	食塩 0.5 g	食塩 0.4 g	食塩 0.5 g
1人分 - 1503 kcal 蛋白質 46.0 g	1人分 - 1702 kcal 蛋白質 48.5 g	1人分 - 1466 kcal 蛋白質 54.2 g	1人分 - 1606 kcal 蛋白質 56.9 g	1人分 - 1568 kcal 蛋白質 57.9 g	1人分 - 1444 kcal 蛋白質 49.7 g	1人分 - 1376 kcal 蛋白質 50.3 g	
食塩 9.1 g	食塩 11.4 g	食塩 9.8 g	食塩 8.7 g	食塩 7.1 g	食塩 7.3 g	食塩 7.7 g	

〈献立表〉

現場 : デリケア(株)茨木工場

献立種類 : 食材(通常/A)

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 ワンタンスープ	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 かぼちゃの煮物 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 - 610 kcal 蛋白質 28.7 g 食塩 4.1 g	エネルギー - 615 kcal 蛋白質 21.0 g 食塩 2.5 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 - 16 kcal 蛋白質 1.1 g 食塩 0.7 g				
	エネルギー - 1387 kcal 蛋白質 47.2 g 食塩 10.5 g	エネルギー - 1542 kcal 蛋白質 54.5 g 食塩 9.0 g	エネルギー - 1548 kcal 蛋白質 47.0 g 食塩 7.7 g				