

# 月間献立予定表（惣菜）

デリケア備菜工場

日付	朝食	昼食	夕食	小鉢
				デザート
10/1 (火)	米飯 肉団子のコンソメ煮 しろなの炒め物	◆かに玉丼 春雨サラダ 中華スープ	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 陽活茶(リ-マカッ)
10/2 (水)	米飯 ベーコンエッグ 温野菜サラダ	米飯 白身魚フライ 里芋の生姜あんかけ 味噌汁(えのき・あげ)	米飯 ク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 陽活茶(リ-紅茶)
10/3 (木)	米飯 きのこソテー 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 陽活茶(リ-マンゴー)
10/4 (金)	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(豚) 小松菜とたくあん炒め物 味噌汁(里芋・あげ)	米飯 鶏肉のカレー照り焼き れんこん金平 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 陽活茶(リ-青りんご)
10/5 (土)	米飯 ほうれん草のソテー くり豆	米飯 こんかつ オクラの昆布和え 味噌汁(青菜・玉ねぎ)	米飯 海鮮八宝菜 フロッコリーの香味和え じゃこピーマン わかめスープ	人参しりしり 陽活茶(リ-巨峰)
10/6 (日)	米飯 オニオンサラダ ステップえんどうのソテー	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 陽活茶(リ-和カブ)
10/7 (月)	米飯 スクランブルエッグ いんげんのソテー	米飯 ふりの煮つけ 揚げない大学いも 味噌汁(青菜・あげ)	米飯 ビーマン肉詰めフライ 小松菜のお浸し 煮炊 味噌汁(あおさ)	もやしのナムル 陽活茶(リ-ワレライチ)
10/8 (火)	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 白ネギときこの炒め物 清し汁(そうめん)	焼き餃子 陽活茶(リ-ピーチ)
10/9 (水)	米飯 小松菜のソテー オニオンサラダ	カレーライス(牛) チーズサラダ デザート(カクテル缶)	米飯 ◆マクロの竜田揚げ チンゲン菜のおかか和え 卵の花 味噌汁(里芋・あげ)	高野豆腐の煮物 陽活茶(リ-抹茶)
10/10 (木)	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・大根)	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 陽活茶(リ-グアバ)
10/11 (金)	米飯 厚焼き卵 はくさいの炒め物	米飯 ハイカラうどん 炒り豆腐 デザート(バイン缶)	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 コンソメスープ	小松菜のおかか和え 陽活茶(リ-マカッ)
10/12 (土)	米飯 かぼちゃサラダ ちりめん	米飯 鶏団子のクリーム煮(C-8材1人) 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(大根・青菜)	ほうれん草の炒め物 陽活茶(リ-紅茶)
10/13 (日)	米飯 フロッコリーの炒め物 くり豆	牛丼 切干大根の煮物 味噌汁(ほうれん草・しめじ)	米飯 かぼちゃコロック 春菊のピーナツ和え 金平ごぼう 味噌汁(椎茸・わかめ)	チンゲン菜の磯辺和え 陽活茶(リ-マンゴー)
10/14 (月)	米飯 スクランブルエッグ カリフラワーのソテー	米飯 カレイの西京焼き はくさいのゆかり和え 清し汁(そうめん)	栗ご飯 角煮と野菜の炊き合わせ しろなの煮浸し 味噌汁(玉ねぎ・人参)	人参しりしり 陽活茶(リ-青りんご)
10/15 (火)	米飯 マカロニサラダ ビーマンの炒め物	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 陽活茶(リ-巨峰)

# 月間献立予定表（惣菜）

デリケア備菜木工場

日付	朝食	昼食	夕食	小鉢 デザート
10/16 (水)	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 醤油ラーメン フロッコリーの胡麻和え 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 ◆八目そぼろ豆 味噌汁（あおさ）	キャベツのソテー 陽活茶（リー・ビーチ）
10/17 (木)	米飯 ハムエッグ カリフラワーの炒め物	米飯 マスのムニエル チンゲン菜のお浸し コンソメスープ	米飯 筑前煮（鶏） きゅうりのピクルス 蒸ししゅうまい 味噌汁（はくさい・しめじ）	茄子の甘辛炒め 陽活茶（リー・パツ）
10/18 (金)	米飯 こぼろの炒め煮 くり豆	米飯 豚肉の山椒炒め 大根とツナの梅肉和え 味噌汁（青菜・えのき）	◆里芋の味噌炊き込みご飯 さわらの胡麻照り焼き いんげんの炒め物 デザート（梨）	ひじきの煮物 陽活茶（リー・リテイイイ）
10/19 (土)	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 フロッコリーのソテー デザート（黄桃缶）	米飯 豆腐ハンバーグ もずく和え じゃこピーマン 味噌汁（ほうれん草・玉ねぎ）	野菜コロッケ 陽活茶（リー・抹茶）
10/20 (日)	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 いんげんの和え物 味噌汁（あおさ）	米飯 鶏とホ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 陽活茶（リー・アハ）
10/21 (月)	米飯 かぼちゃサラダ ほうれん草のソテー	ゆかりご飯 にゅうめん 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 スナップえんどうの香味和え 肉まん はるさめスープ	きゅうりの昆布和え 陽活茶（リー・マカット）
10/22 (火)	米飯 茄子のミートソース煮 じゃがいものソテー	米飯 豆腐の卵きのこあんかけ チンゲン菜のナムル 味噌汁（キャベツ・わかめ）	米飯 白身魚の香り揚げ はくさいの浅漬け こぼろのそぼろ煮 清し汁（トコロ昆布）	蒸ししゅうまい 陽活茶（リー・紅茶）
10/23 (水)	米飯 温野菜サラダ きのこソテー	米飯 さばの味噌煮 しろなのお浸し 清し汁（そうめん）	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 陽活茶（リー・マンゴー）
10/24 (木)	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 味噌汁（椎茸・わかめ）	いとこ煮 陽活茶（リー・青りんご）
10/25 (金)	米飯 大根サラダ スナップえんどうの炒め物	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 陽活茶（リー・巨峰）
10/26 (土)	米飯 チンゲン菜のソテー くり豆	米飯 寄せ鍋（鶏） 春雨の中華和え 味噌汁（里芋・わかめ）	米飯 タラと野菜のおろしソース カリフラワーのピクルス さつまいもの煮物 味噌汁（玉ねぎ・人参）	ミニお好み焼き 陽活茶（リー・ビーチ）
10/27 (日)	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 春雨の胡麻和え 切干大根の煮物 清し汁（トコロ昆布）	ひじきの煮物 陽活茶（リー・パツ）
10/28 (月)	米飯 厚焼き卵 じゃがいものソテー	米飯 海老チリ チヨレギサラダ ワンタンスープ	米飯 肉豆腐（豚） スナップえんどうの梅肉和え かぼちゃの煮物 味噌汁（あおさ）	ほうれん草のソテー 陽活茶（リー・リテイイイ）
10/29 (火)	米飯 はくさいの炒め物 オニオンサラダ	キーマカレー フロッコリーのソテー デザート（カクテル缶）	米飯 鶏肉の西京焼き ひじきのソテー 長芋のしば漬け和え 清し汁（そうめん）	しろなの磯辺和え 陽活茶（リー・抹茶）
10/30 (水)	米飯 さつまいもサラダ ちりめん	米飯 豚バラ大根 小松菜のお浸し 味噌汁（えのき・わかめ）	米飯 メバルの幽庵焼き スナップえんどうの中華和え 金平ごぼう 味噌汁（青菜・あげ）	大豆桜えび 陽活茶（リー・アハ）
10/31 (木)	米飯 茄子のミートソース煮 大根サラダ	米飯 ◆石狩鍋 春雨のかき醤油和え デザート（パイン缶）	米飯 牛肉の焼肉炒め 高野豆腐の煮物 きゅうりとしらすの酢の物 味噌汁（はくさい・椎茸）	ねぎ焼き 陽活茶（リー・マカット）

## ＜献立表＞

現場 : デリケア(株)茨木工場

献立種類 : 惣菜(通常/A/禁止食)

年月日 : 2024年10月1日(火) ~ 2024年10月7日(月)

	火 1	水 2	木 3	金 4	土 5	日 6	月 7
朝食	米飯						
	肉団子のコンソメ煮	ベーコンエッグ	きのこソテー	茄子のミートソース煮	ほうれん草のソテー	オニオンサラダ	スクランブルエッグ
	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	くり豆	スナッペンどうのソテー	いんげんのソテー
	エネルギー - 373 kcal 蛋白質 10.6 g 食塩 1.4 g	エネルギー - 390 kcal 蛋白質 13.3 g 食塩 0.9 g	エネルギー - 385 kcal 蛋白質 7.3 g 食塩 0.7 g	エネルギー - 323 kcal 蛋白質 7.9 g 食塩 1.1 g	エネルギー - 316 kcal 蛋白質 8.7 g 食塩 0.5 g	エネルギー - 340 kcal 蛋白質 6.9 g 食塩 1.0 g	エネルギー - 410 kcal 蛋白質 13.5 g 食塩 0.9 g
昼食	◆かに玉丼	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	春雨サラダ	白身魚フライ	おでん	豆腐チャンプルー(豚)	とんかつ	牛肉の焼肉炒め	ぶりの煮つけ
	中華スープ	里芋の生姜あんかけ	ねぎ焼き	小松菜とたくあんの炒め物	オクラの昆布和え	しろなの和え物	揚げない大学いも
	味噌汁(えのき・あげ)	味噌汁(あおさ)	味噌汁(里芋・あげ)	味噌汁(青菜・玉ねぎ)	味噌汁(しめじ・あげ)	味噌汁(青菜・あげ)	
	エネルギー - 519 kcal 蛋白質 12.7 g 食塩 3.4 g	エネルギー - 596 kcal 蛋白質 15.4 g 食塩 2.5 g	エネルギー - 445 kcal 蛋白質 18.8 g 食塩 3.8 g	エネルギー - 591 kcal 蛋白質 27.7 g 食塩 3.5 g	エネルギー - 514 kcal 蛋白質 15.0 g 食塩 2.4 g	エネルギー - 513 kcal 蛋白質 22.7 g 食塩 2.7 g	エネルギー - 596 kcal 蛋白質 22.9 g 食塩 3.2 g
夕食	米飯						
	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	しまほっけの塩焼き	ピーマン肉詰めフライ
	はくさいの漬漬け	きゅうりとツナの和え物	春菊のおかか和え	れんこん金平	ブロッコリーの香味和え	もずく和え	小松菜のお浸し
	かぼちやの煮物	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	じゃこピーマン	あさりの時雨煮	煮奴
	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	味噌汁(椎茸・はくさい)	味噌汁(あおさ)
	エネルギー - 457 kcal 蛋白質 21.7 g 食塩 3.4 g	エネルギー - 657 kcal 蛋白質 31.6 g 食塩 3.7 g	エネルギー - 460 kcal 蛋白質 22.1 g 食塩 3.1 g	エネルギー - 622 kcal 蛋白質 25.5 g 食塩 3.0 g	エネルギー - 448 kcal 蛋白質 21.6 g 食塩 4.6 g	エネルギー - 368 kcal 蛋白質 20.8 g 食塩 2.1 g	エネルギー - 512 kcal 蛋白質 14.9 g 食塩 3.5 g
単品小	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	人参しりしり	いとこ煮	もやしのナムル
	エネルギー - 53 kcal 蛋白質 1.8 g 食塩 0.5 g	エネルギー - 35 kcal 蛋白質 1.6 g 食塩 0.8 g	エネルギー - 16 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 - 55 kcal 蛋白質 2.2 g 食塩 0.3 g	エネルギー - 76 kcal 蛋白質 2.6 g 食塩 0.7 g	エネルギー - 32 kcal 蛋白質 2.6 g 食塩 1.0 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(マンゴー)	腸活ゼリー(青りんご)	腸活ゼリー(巨峰)	腸活ゼリー(オレンジ)	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 - 55 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 - 52 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.1 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 - 1454 kcal 蛋白質 46.8 g 食塩 9.0 g	エネルギー - 1733 kcal 蛋白質 61.9 g 食塩 8.2 g	エネルギー - 1355 kcal 蛋白質 49.3 g 食塩 8.4 g	エネルギー - 1601 kcal 蛋白質 61.9 g 食塩 8.0 g	エネルギー - 1384 kcal 蛋白質 47.5 g 食塩 8.1 g	エネルギー - 1347 kcal 蛋白質 53.0 g 食塩 6.8 g	エネルギー - 1588 kcal 蛋白質 53.9 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/禁止食)  
 年月日 : 2024年10月8日(火) ~ 2024年10月14日(月)

	火 8	水 9	木 10	金 11	土 12	日 13	月 14
朝食	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 小松菜のソテー オニオンサラダ	米飯 のり塩ポテト ウインナーのコンソメ煮	米飯 厚焼き卵 はくさいの炒め物	米飯 かぼちゃサラダ ちりめん	米飯 ブロッコリーの炒め物 くり豆	米飯 スクランブルエッグ カリフラワーのソテー
	エネルギー 367 kcal 蛋白質 9.5 g 食塩 0.9 g	エネルギー 356 kcal 蛋白質 8.3 g 食塩 1.1 g	エネルギー 321 kcal 蛋白質 7.2 g 食塩 0.7 g	エネルギー 339 kcal 蛋白質 9.9 g 食塩 1.1 g	エネルギー 343 kcal 蛋白質 5.3 g 食塩 0.3 g	エネルギー 307 kcal 蛋白質 8.8 g 食塩 0.5 g	エネルギー 397 kcal 蛋白質 15.1 g 食塩 0.9 g
	米飯 海老と卵の炒め物 ほうれん草の中華和え 中華スープ	カレーライス(牛) チーズサラダ デザート(カクテル缶)	米飯 ガリバタチキン きゅうりの昆布和え 味噌汁(なめこ・大根)	米飯 ハイカラうどん 炒り豆腐 デザート(パイン缶)	米飯 鶏団子のクリーム煮(0-8才用) 春雨のドレッシング和え デザート(黄桃缶)	牛丼 切干大根の煮物 味噌汁(ほうれん草・しめじ)	米飯 カレイの西京焼き はくさいのゆかり和え 清し汁(そうめん)
エネルギー 489 kcal 蛋白質 21.7 g 食塩 3.5 g	エネルギー 605 kcal 蛋白質 18.5 g 食塩 4.0 g	エネルギー 459 kcal 蛋白質 19.2 g 食塩 2.8 g	エネルギー 571 kcal 蛋白質 15.9 g 食塩 4.2 g	エネルギー 610 kcal 蛋白質 14.6 g 食塩 4.3 g	エネルギー 525 kcal 蛋白質 19.9 g 食塩 2.9 g	エネルギー 394 kcal 蛋白質 21.9 g 食塩 3.0 g	
夕食	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(そうめん)	米飯 ◆マグロの竜田揚げ チンゲン菜のおかか和え 卵の花 味噌汁(里芋・あげ)	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)	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 コンソメスープ	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(大根・青菜)	米飯 かぼちゃコロッケ 春菊のピーナツ和え 金平ごぼう 味噌汁(椎茸・わかめ)	栗ご飯 角煮と野菜の炊き合わせ しろなの煮浸し 味噌汁(玉ねぎ・人参)
	エネルギー 432 kcal 蛋白質 20.3 g 食塩 3.9 g	エネルギー 527 kcal 蛋白質 28.8 g 食塩 3.0 g	エネルギー 461 kcal 蛋白質 12.6 g 食塩 4.7 g	エネルギー 450 kcal 蛋白質 19.9 g 食塩 2.8 g	エネルギー 513 kcal 蛋白質 19.3 g 食塩 3.2 g	エネルギー 616 kcal 蛋白質 14.9 g 食塩 3.2 g	エネルギー 528 kcal 蛋白質 17.9 g 食塩 4.2 g
	焼き餃子 エネルギー 57 kcal 蛋白質 2.3 g 食塩 0.3 g	高野豆腐の煮物 エネルギー 48 kcal 蛋白質 3.0 g 食塩 0.7 g	たらこスパゲティ エネルギー 83 kcal 蛋白質 3.1 g 食塩 0.8 g	小松菜のおかか和え エネルギー 19 kcal 蛋白質 1.1 g 食塩 0.7 g	ほうれん草の炒め物 エネルギー 39 kcal 蛋白質 1.6 g 食塩 0.4 g	チンゲン菜の磯辺和え エネルギー 16 kcal 蛋白質 0.9 g 食塩 0.7 g	人参しりしり エネルギー 55 kcal 蛋白質 2.2 g 食塩 0.3 g
腸活ゼリー(ピーチ) エネルギー 51 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	腸活ゼリー(抹茶) エネルギー 55 kcal 蛋白質 0.1 g 食塩 0.3 g	腸活ゼリー(グアバ) エネルギー 51 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	腸活ゼリー(マスカット) エネルギー 52 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	腸活ゼリー(紅茶) エネルギー 55 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	腸活ゼリー(マンゴー) エネルギー 49 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	腸活ゼリー(青りんご) エネルギー 52 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.1 g	
エネルギー 1396 kcal 蛋白質 53.8 g 食塩 8.9 g	エネルギー 1591 kcal 蛋白質 58.7 g 食塩 9.1 g	エネルギー 1375 kcal 蛋白質 42.1 g 食塩 9.3 g	エネルギー 1431 kcal 蛋白質 46.8 g 食塩 9.1 g	エネルギー 1560 kcal 蛋白質 40.8 g 食塩 8.5 g	エネルギー 1513 kcal 蛋白質 44.5 g 食塩 7.6 g	エネルギー 1426 kcal 蛋白質 57.1 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/禁止食)

年月日 : 2024年10月15日(火) ~ 2024年10月21日(月)

	火 15	水 16	木 17	金 18	土 19	日 20	月 21
朝食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	マカロニサラダ	チキンボールのコンソメ煮	ハムエッグ	ごぼうの炒め煮	ウインナーのコンソメ煮	小松菜のソテー	かぼちゃサラダ
	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	くり豆	カリフラワーのドレッシング和え	玉ねぎのボン酢和え	ほうれん草のソテー
	エネルギー 376 kcal 蛋白質 6.6 g 食塩 0.7 g	エネルギー 345 kcal 蛋白質 9.7 g 食塩 1.2 g	エネルギー 392 kcal 蛋白質 14.0 g 食塩 0.7 g	エネルギー 324 kcal 蛋白質 7.2 g 食塩 0.4 g	エネルギー 342 kcal 蛋白質 8.5 g 食塩 1.2 g	エネルギー 326 kcal 蛋白質 8.6 g 食塩 1.3 g	エネルギー 394 kcal 蛋白質 7.5 g 食塩 0.7 g
昼食	米飯	米飯	米飯	米飯	オムライス	米飯	ゆかりご飯
	鶏肉と野菜の炒め煮	醤油ラーメン	マスのムニエル	豚肉の山椒炒め	ブロッコリーのソテー	いかとキャベツのオムライス炒め煮	にゅうめん
	ほうれん草の磯辺和え	ブロッコリーの胡麻和え	チンゲン菜のお浸し	大根とツナの梅肉和え	デザート(黄桃缶)	いんげんの和え物	長芋とちくわの炒め物
	味噌汁(里芋・わかめ)	デザート(パイン缶)	コンソメスープ	味噌汁(青菜・えのき)		味噌汁(あおさ)	デザート(みかん缶)
エネルギー 493 kcal 蛋白質 20.3 g 食塩 2.7 g	エネルギー 539 kcal 蛋白質 17.3 g 食塩 6.8 g	エネルギー 472 kcal 蛋白質 20.2 g 食塩 3.0 g	エネルギー 510 kcal 蛋白質 24.3 g 食塩 3.2 g	エネルギー 552 kcal 蛋白質 14.1 g 食塩 3.4 g	エネルギー 436 kcal 蛋白質 18.3 g 食塩 4.4 g	エネルギー 538 kcal 蛋白質 14.2 g 食塩 5.0 g	
夕食	米飯	米飯	米飯	◆里芋の味噌炊き込みご飯	米飯	米飯	米飯
	さばの塩焼き	あじのなめろうフライ	筑前煮(鶏)	さわらの胡麻照り焼き	豆腐ハンバーグ	鶏とポテトのケチャップ和え	豚バラと白菜の生姜あん
	いんげんの中華和え	小松菜のお浸し	きゅうりのピクルス	いんげんの炒め物	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
	じゃがいもの醤油炒め	◆八目そぼろ豆	蒸ししゅうまい	デザート(梨)	じゃこピーマン	きのご金平	肉まん
味噌汁(えのき・あげ)	味噌汁(あおさ)	味噌汁(はくさい・しめじ)		味噌汁(ほうれん草・玉ねぎ)	味噌汁(大根・青菜)	はるさめスープ	
エネルギー 480 kcal 蛋白質 23.9 g 食塩 2.7 g	エネルギー 441 kcal 蛋白質 15.9 g 食塩 2.2 g	エネルギー 608 kcal 蛋白質 23.3 g 食塩 3.3 g	エネルギー 519 kcal 蛋白質 23.7 g 食塩 3.1 g	エネルギー 443 kcal 蛋白質 15.7 g 食塩 3.3 g	エネルギー 585 kcal 蛋白質 19.2 g 食塩 3.4 g	エネルギー 657 kcal 蛋白質 22.4 g 食塩 4.0 g	
単品小	大根のかに棒あんかけ	キャベツのソテー	茄子の甘辛炒め	ひじきの煮物	野菜コロッケ	揚げない大学いも	きゅうりの昆布和え
	エネルギー 56 kcal 蛋白質 1.7 g 食塩 0.8 g	エネルギー 66 kcal 蛋白質 2.6 g 食塩 0.4 g	エネルギー 73 kcal 蛋白質 1.6 g 食塩 0.5 g	エネルギー 49 kcal 蛋白質 1.6 g 食塩 0.8 g	エネルギー 69 kcal 蛋白質 1.1 g 食塩 0.2 g	エネルギー 118 kcal 蛋白質 0.9 g 食塩 0.4 g	エネルギー 18 kcal 蛋白質 0.8 g 食塩 0.4 g
単品デ	腸活ゼリー(巨峰)	腸活ゼリー(ピーチ)	腸活ゼリー(オレンジ)	腸活ゼリー(カルifornia)	腸活ゼリー(抹茶)	腸活ゼリー(グアバ)	腸活ゼリー(マスクット)
	エネルギー 51 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 52 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g
エネルギー 1456 kcal 蛋白質 52.5 g 食塩 7.2 g	エネルギー 1442 kcal 蛋白質 45.5 g 食塩 10.9 g	エネルギー 1595 kcal 蛋白質 59.1 g 食塩 7.8 g	エネルギー 1440 kcal 蛋白質 56.8 g 食塩 7.8 g	エネルギー 1461 kcal 蛋白質 39.5 g 食塩 8.4 g	エネルギー 1516 kcal 蛋白質 47.0 g 食塩 9.8 g	エネルギー 1659 kcal 蛋白質 44.9 g 食塩 10.4 g	

## ＜献立表＞

現場 : デリケア(株)茨木工場

献立種類 : 惣菜(通常/A/禁止食)

年月日 : 2024年10月22日(火) ~ 2024年10月28日(月)

	火 22	水 23	木 24	金 25	土 26	日 27	月 28
朝食	米飯 茄子のミートソース煮 じゃがいものソテー	米飯 温野菜サラダ きのこソテー	米飯 マカロニサラダ カリフラワーのソテー	米飯 大根サラダ スナップえんどうの炒め物	米飯 チンゲン菜のソテー くり豆	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
	エネルギー 354 kcal 蛋白質 7.7 g 食塩 0.9 g	エネルギー 366 kcal 蛋白質 7.6 g 食塩 1.1 g	エネルギー 392 kcal 蛋白質 8.6 g 食塩 0.7 g	エネルギー 336 kcal 蛋白質 7.4 g 食塩 1.2 g	エネルギー 292 kcal 蛋白質 6.9 g 食塩 0.4 g	エネルギー 387 kcal 蛋白質 13.4 g 食塩 0.9 g	エネルギー 358 kcal 蛋白質 10.4 g 食塩 1.1 g
	米飯 豆腐の卵きのこあんかけ チンゲン菜のナムル 味噌汁(キャベツ・わかめ)	米飯 さばの味噌煮 しろなのお浸し 清し汁(そうめん)	米飯 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 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 寄せ鍋(鶏) 春雨の中華和え 味噌汁(里芋・わかめ)	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
	エネルギー 484 kcal 蛋白質 21.7 g 食塩 4.2 g	エネルギー 518 kcal 蛋白質 24.0 g 食塩 3.7 g	エネルギー 513 kcal 蛋白質 23.4 g 食塩 2.3 g	エネルギー 461 kcal 蛋白質 16.3 g 食塩 2.3 g	エネルギー 484 kcal 蛋白質 20.1 g 食塩 3.8 g	エネルギー 465 kcal 蛋白質 17.8 g 食塩 3.5 g	エネルギー 482 kcal 蛋白質 12.1 g 食塩 3.3 g
夕食	米飯 白身魚の香り揚げ はくさいの浅漬け ごぼうのそぼろ煮 清し汁(トロロ昆布)	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)	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 味噌汁(椎茸・わかめ)	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)	米飯 タラと野菜のおろしソース カリフラワーのピクルス さつまいもの煮物 味噌汁(玉ねぎ・人参)	米飯 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) スナップえんどうの梅肉和え かぼちゃの煮物 味噌汁(あおさ)
	エネルギー 549 kcal 蛋白質 22.0 g 食塩 2.6 g	エネルギー 576 kcal 蛋白質 25.4 g 食塩 3.9 g	エネルギー 542 kcal 蛋白質 23.3 g 食塩 3.5 g	エネルギー 600 kcal 蛋白質 26.3 g 食塩 3.7 g	エネルギー 466 kcal 蛋白質 20.9 g 食塩 2.8 g	エネルギー 444 kcal 蛋白質 14.4 g 食塩 4.6 g	エネルギー 590 kcal 蛋白質 29.8 g 食塩 4.0 g
	蒸ししゅうまい	れんこん金平	いとこ煮	茄子の煮物	ミニお好み焼き	ひじきの煮物	ほうれん草のソテー
	エネルギー 53 kcal 蛋白質 2.4 g 食塩 0.3 g	エネルギー 70 kcal 蛋白質 0.8 g 食塩 0.4 g	エネルギー 76 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	エネルギー 50 kcal 蛋白質 1.6 g 食塩 0.8 g	エネルギー 56 kcal 蛋白質 3.2 g 食塩 0.5 g
単品デ	腸活ゼリー(紅茶)	腸活ゼリー(マンゴー)	腸活ゼリー(青りんご)	腸活ゼリー(巨峰)	腸活ゼリー(ピーチ)	腸活ゼリー(オレンジ)	腸活ゼリー(ソルティライフ)
	エネルギー 55 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 52 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.1 g	エネルギー 51 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 1495 kcal 蛋白質 53.8 g 食塩 8.3 g	エネルギー 1579 kcal 蛋白質 57.8 g 食塩 9.4 g	エネルギー 1575 kcal 蛋白質 57.9 g 食塩 7.3 g	エネルギー 1494 kcal 蛋白質 51.0 g 食塩 7.9 g	エネルギー 1328 kcal 蛋白質 49.2 g 食塩 7.8 g	エネルギー 1396 kcal 蛋白質 47.2 g 食塩 10.1 g	エネルギー 1524 kcal 蛋白質 55.5 g 食塩 9.2 g

## 〈献立表〉

現場 : デリケア(株)茨木工場

献立種類 : 惣菜(通常/A/禁止食)

年月日 : 2024年10月29日(火) ~ 2024年11月4日(月)

	火 29	水 30	木 31	金 1	土 2	日 3	月 4
朝食	米飯 はくさいの炒め物 オニオンサラダ	米飯 さつまいもサラダ ちりめん	米飯 茄子のミートソース煮 大根サラダ				
	エネルギー - 329 kcal 蛋白質 7.6 g 食塩 1.2 g	エネルギー - 368 kcal 蛋白質 4.8 g 食塩 0.3 g	エネルギー - 334 kcal 蛋白質 7.7 g 食塩 1.0 g				
	昼食	キーマカレー ブロッコリーのソテー デザート(カクテル缶)	米飯 豚バラ大根 小松菜のお浸し 味噌汁(えのき・わかめ)	米飯 ◆石狩鍋 春菊のかき醤油和え デザート(パイン缶)			
エネルギー - 688 kcal 蛋白質 25.4 g 食塩 4.0 g		エネルギー - 574 kcal 蛋白質 20.2 g 食塩 2.8 g	エネルギー - 483 kcal 蛋白質 23.7 g 食塩 3.2 g				
夕食		米飯 鶏肉の西京焼き ひじきのソテー 長芋のしば漬け和え 清し汁(そうめん)	米飯 メバルの幽庵焼き スナッブえんどうの中華和え 金平ごぼう 味噌汁(青菜・あげ)	米飯 牛肉の焼肉炒め 高野豆腐の煮物 きゅうりとしらすの酢の物 味噌汁(はくさい・椎茸)			
	エネルギー - 601 kcal 蛋白質 26.7 g 食塩 4.0 g	エネルギー - 478 kcal 蛋白質 22.5 g 食塩 2.6 g	エネルギー - 557 kcal 蛋白質 25.3 g 食塩 3.1 g				
	単品小	しろなの磯辺和え	大豆桜えび	ねぎ焼き			
エネルギー - 15 kcal 蛋白質 0.9 g 食塩 0.4 g		エネルギー - 76 kcal 蛋白質 7.4 g 食塩 0.8 g	エネルギー - 37 kcal 蛋白質 1.7 g 食塩 0.7 g				
単品デ	腸活ゼリー(抹茶)	腸活ゼリー(ｸﾞｱﾊﾞ)	腸活ゼリー(マスカット)				
	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 - 1688 kcal 蛋白質 60.7 g 食塩 9.9 g	エネルギー - 1547 kcal 蛋白質 54.9 g 食塩 6.8 g	エネルギー - 1463 kcal 蛋白質 58.4 g 食塩 8.3 g				