

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
12/1 (日)	米飯 ベーコンエッグ フロッコリーのクリーム煮	米飯 カレイの西京焼き きゅうりのゆかり和え 清し汁(トロロ昆布)	米飯 豚肉の焼肉炒め ほうれん草のお浸し かぼちゃの煮物 味噌汁(青菜・あげ)	切干大根の煮物 陽活茶 リー(紅茶)
12/2 (月)	米飯 ピーマンのソテー さつまいもサラダ	米飯 タンメン いんげんの和え物 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・わかめ)	焼き餃子 陽活茶 リー(マンゴー)
12/3 (火)	米飯 ハムエッグ しろなのソテー	米飯 豚肉と野菜の炊き合わせ 長芋のしぼ漬け和え 味噌汁(キャベツ・えのき)	米飯 鶏肉のオレンジマーメイド焼き 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 陽活茶 リー(青りんご)
12/4 (水)	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 しまほっけの塩麹焼き 小松菜のお浸し 味噌汁(あおさ)	米飯 他人とじ(牛) オクラの和え物 ねぎ焼き 味噌汁(はくさい・しめじ)	揚げだし豆腐 陽活茶 リー(巨峰)
12/5 (木)	米飯 ほうれん草の炒め物 オニオンサラダ	米飯 海老フライ ナポリタン コンソメスープ	◆炊き込み炒飯 水きょうざ もやしの中華和え きゅうりのザーサイ和え	カリフラワーのマリネ 陽活茶 リー(ピーチ)
12/6 (金)	米飯 フロッコリーのソテー くり豆	米飯 筑前煮(鶏) いんげんの胡麻和え 味噌汁(キャベツ・玉ねぎ)	米飯 メバルの照り焼き しろなの磯辺和え さつまいもの煮物 味噌汁(えのき・あげ)	茄子の揚げ浸し 陽活茶 リー(カリッ)
12/7 (土)	米飯 かぼちゃサラダ じゃこピーマン	米飯 ◆カルボナーラスバゲティ キャベツのソテー コンソメスープ	米飯 白身魚のカレーフリッター がんもの煮物 チンゲン菜のお浸し 清し汁(トロロ昆布)	スナック えんどうのチーズ和え 陽活茶 リー(リレイイイ)
12/8 (日)	米飯 のり塩ポテト 小松菜のソテー	米飯 肉団子の甘酢あん もやしのナムル 生姜スープ	米飯 鮭の散らし寿司 フロッコリーのおかか和え 大豆の煮物 味噌汁(はくさい・わかめ)	蒸ししゅうまい 陽活茶 リー(抹茶)
12/9 (月)	米飯 マカロニソテー カリフラワーのドレッシング和え	米飯 タラと野菜のごまだれかけ きゅうりとツナの梅マヨ和え 味噌汁(なめこ・大根)	米飯 鶏肉の天ぷら味噌だれ しろなのからし和え 金平ごぼう 清し汁(そうめん)	ひじきの煮物 陽活茶 リー(ワカ)
12/10 (火)	米飯 いんげんの炒め物 玉ねぎのボン酢和え	米飯 ビーフカツ ほうれん草のピーナツ和え 味噌汁(玉ねぎ・あげ)	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 陽活茶 リー(マカット)
12/11 (水)	米飯 スナックえんどうのソテー 竹の子ちりめん	米飯 おでん オクラの昆布和え 味噌汁(里芋・椎茸)	米飯 さわらの胡麻照り焼き きゅうりとわかめの酢の物 いとこ煮 味噌汁(豆腐)	れんこん金平 陽活茶 リー(紅茶)
12/12 (木)	米飯 スクランブルエッグ ピーマンの炒め物	米飯 カレー汁(鶏)(C-8オイル入) カリフラワーのソテー トマトのマリネ	米飯 カレイの焼き南蛮漬け いんげんの和え物 はくさいの炒め物 味噌汁(青菜・しめじ)	ほうれん草の胡麻和え 陽活茶 リー(マンゴー)
12/13 (金)	米飯 ウインナーのコンソメ煮 オニオンサラダ	米飯 かに玉 スナックえんどうの梅肉和え 中華スープ	米飯 豚肉の生姜炒め 小松菜のおかか和え 揚げない大芋いも 味噌汁(あおさ)	高野豆腐の煮物 陽活茶 リー(青りんご)
12/14 (土)	米飯 厚焼き卵 ごぼうの炒め煮	カレーライス(牛) チーズサラダ デザート(パイン缶)	米飯 さばの煮つけ ほうれん草の酢味噌和え 大豆桜えび 清し汁(トロロ昆布)	きのこソテー 陽活茶 リー(巨峰)
12/15 (日)	米飯 チキンボールのコンソメ煮 チンゲン菜のソテー	米飯 しまほっけの塩焼き 茄子の揚げ浸し 味噌汁(はくさい・えのき)	米飯 肉豆腐(豚) きゅうりとしらすの酢の物 れんこん金平 味噌汁(しめじ・わかめ)	しろなのお浸し 陽活茶 リー(ピーチ)

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
12/16 (月)	米飯 温野菜サラダ キャベツのソテー	米飯 鶏肉の唐揚げ 小松菜とたくあん炒め物 味噌汁(大根・わかめ)	ゆかりの散らし寿司 オクラのかき醤油和え 炒り豆腐 味噌汁(椎茸・玉ねぎ)	パプリカのピクルス 陽活🌿(リ(丸ツ))
12/17 (火)	米飯 のり塩ポテト ほうれん草の炒め物	そぼろ丼(牛豚) 春雨サラダ 清し汁(そうめん)	米飯 白身魚のチリソースかけ ねぎ焼き キャベツのザーサイ和え 中華スープ	フロッコリーの炒め物 陽活🌿(リ(丸ツイイ))
12/18 (水)	米飯 ピーマンのソテー 大根サラダ	米飯 マスのムニエル カリフラワーの粒マスタード和え オニオン入りミネストローネ	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 陽活🌿(リ(抹茶))
12/19 (木)	米飯 肉団子のコンソメ煮 玉ねぎのボン酢和え	米飯 肉巻きフライ はくさいの浅漬け 味噌汁(玉ねぎ・わかめ)	米飯 鶏肉のカレー照り焼き マカロニサラダ スナッフえんどうの炒め物 味噌汁(青菜・あげ)	卵の花 陽活🌿(リ(丸ア))
12/20 (金)	米飯 小松菜のソテー くり豆	わかめご飯 にゅうめん れんこんの炒め煮 デザート(カクテル缶)	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(トコロ昆布)	しろなのからし和え 陽活🌿(リ(マカツ))
12/21 (土)	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(青菜・椎茸)	米飯 すき焼き(牛) きゅうりとかに棒の酢の物 かぼちゃの煮物 味噌汁(えのき・あげ)	和風スパゲティ 陽活🌿(リ(紅茶))
12/22 (日)	米飯 さつま芋サラダ 竹の子ちりめん	ビビンバ丼(牛豚) フロッコリーの香味和え 中華スープ	米飯 海老と卵の炒め物 和風あんかけ いんげんの和え物 大豆の煮物 味噌汁(あおさ)	じゃがいものソテー 陽活🌿(リ(マンゴー))
12/23 (月)	米飯 ウィンナーのコンソメ煮 ほうれん草の炒め物	米飯 鶏肉の照りマヨ生姜炒め しろなお浸し 味噌汁(しめじ・あげ)	米飯 白身魚の磯辺揚げ スナッフえんどうのおかか和え 里芋の煮ころがし 味噌汁(小松菜・玉ねぎ)	茄子の煮物 陽活🌿(リ(青りんご))
12/24 (火)	米飯 マカロニサラダ キャベツのソテー	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 豆腐と豚肉のねぎ塩炒め煮 チンゲン菜のナムル 蒸ししゅうまい 味噌汁(じゃがいも・わかめ)	れんこんのそぼろ煮 陽活🌿(リ(巨峰))
12/25 (水)	米飯 小松菜のソテー オニオンサラダ	米飯 木の葉とじ 金平ごぼう 味噌汁(えのき・はくさい)	バエリア 鶏肉のバジルソテー ポテトサラダ コンソメスープ	ほうれん草のからし和え 陽活🌿(リ(ピーチ))
12/26 (木)	米飯 チキンボールのコンソメ煮 大根のドレッシング和え	米飯 あじのなめろうフライ きゅうりとわかめの酢の物 味噌汁(青菜・玉ねぎ)	米飯 いかと里芋の煮物 ピーマンとちくわの甘辛炒め 小松菜のおかか和え 清し汁(そうめん)	高野豆腐の煮物 陽活🌿(リ(丸ツ))
12/27 (金)	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	キーマカレー 人参しりしり コンソメスープ	米飯 さばの塩焼き オクラの和え物 ひじきの煮物 味噌汁(しろな・人参)	茄子のマリネ 陽活🌿(リ(丸ツイイ))
12/28 (土)	米飯 はくさいの炒め物 フロッコリーのミネズ 和え	米飯 鶏じゃが 卵の花 味噌汁(しめじ・わかめ)	散らし寿司 いんげんのかき醤油和え 里芋のそぼろ煮 味噌汁(あおさ)	チンゲン菜のおかか和え 陽活🌿(リ(抹茶))
12/29 (日)	米飯 玉ねぎのボン酢和え ピーマンのソテー	米飯 豚バラ大根 ほうれん草のお浸し 味噌汁(玉ねぎ・人参)	米飯 白身魚フライ 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 陽活🌿(リ(丸ア))
12/30 (月)	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 メバルの幽庵焼き 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🌿(リ(マカツ))
12/31 (火)	米飯 バーコンエッグ 温野菜サラダ	わかめご飯 年越しそば(いなり揚げ) チンゲン菜の胡麻和え デザート(ハイン缶)	米飯 鶏肉のハニーマスタード焼き フロッコリーとツナの和え物 ほうれん草のガーリック炒め コンソメスープ	里芋の生姜あんかけ 陽活🌿(リ(紅茶))

〈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12月1日(日) ~ 2024年12月7日(土)

	日 1	月 2	火 3	水 4	木 5	金 6	土 7
朝食	米飯 ベーコンエッグ ブロッコリーのクリーム煮	米飯 ピーマンのソテー さつまいもサラダ	米飯 ハムエッグ しろなのソテー	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 ほうれん草の炒め物 オニオンサラダ	米飯 ブロッコリーのソテー くり豆	米飯 かぼちゃサラダ じゃこピーマン
	エネルギー 399 kcal 蛋白質 15.3 g 食塩 1.2 g	エネルギー 433 kcal 蛋白質 6.3 g 食塩 0.7 g	エネルギー 385 kcal 蛋白質 13.9 g 食塩 0.8 g	エネルギー 334 kcal 蛋白質 9.6 g 食塩 1.4 g	エネルギー 329 kcal 蛋白質 8.4 g 食塩 1.1 g	エネルギー 364 kcal 蛋白質 9.1 g 食塩 0.5 g	エネルギー 399 kcal 蛋白質 7.3 g 食塩 0.8 g
	昼食	米飯 カレイの西京やき きゅうりのゆかり和え 清し汁(トロロ昆布)	米飯 タンメン いんげんの和え物 デザート(黄桃缶)	米飯 豚肉と野菜の炊き合わせ 長芋のしば漬け和え 味噌汁(キャベツ・えのき)	米飯 しまほっけの塩麴やき 小松菜のお浸し 味噌汁(あおさ)	米飯 海老フライ ナポリタン コンソメスープ	米飯 筑前煮(鶏) いんげんの胡麻和え 味噌汁(キャベツ・玉ねぎ)
エネルギー 382 kcal 蛋白質 22.5 g 食塩 3.0 g		エネルギー 517 kcal 蛋白質 17.6 g 食塩 4.0 g	エネルギー 413 kcal 蛋白質 18.7 g 食塩 2.4 g	エネルギー 380 kcal 蛋白質 17.9 g 食塩 2.2 g	エネルギー 602 kcal 蛋白質 13.3 g 食塩 2.4 g	エネルギー 534 kcal 蛋白質 22.9 g 食塩 3.2 g	エネルギー 693 kcal 蛋白質 13.9 g 食塩 4.0 g
夕食		米飯 豚肉の焼肉炒め ほうれん草のお浸し かぼちゃの煮物 味噌汁(青菜・あげ)	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・わかめ)	米飯 鶏肉のオレンジマーマレード焼き 海藻サラダ 豆腐のナゲット コーンスープ	米飯 他人とじ(牛) オクラの和え物 ねぎ焼き 味噌汁(はくさい・しめじ)	◆炊き込み炒飯 水ぎょうざ もやしの中華和え きゅうりのザーサイ和え	米飯 メバルの照り焼き しろなの磯辺和え さつまいもの煮物 味噌汁(えのき・あげ)
	エネルギー 567 kcal 蛋白質 26.3 g 食塩 3.2 g	エネルギー 614 kcal 蛋白質 22.7 g 食塩 3.0 g	エネルギー 750 kcal 蛋白質 30.7 g 食塩 4.1 g	エネルギー 588 kcal 蛋白質 27.8 g 食塩 4.3 g	エネルギー 516 kcal 蛋白質 19.4 g 食塩 4.8 g	エネルギー 481 kcal 蛋白質 21.5 g 食塩 2.7 g	エネルギー 545 kcal 蛋白質 22.3 g 食塩 2.3 g
	単品小	切干大根の煮物 エネルギー 50 kcal 蛋白質 1.4 g 食塩 0.4 g	焼き餃子 エネルギー 57 kcal 蛋白質 2.3 g 食塩 0.3 g	れんこんの炒め物 エネルギー 70 kcal 蛋白質 0.8 g 食塩 0.4 g	揚げだし豆腐 エネルギー 77 kcal 蛋白質 2.7 g 食塩 0.4 g	カリフラワーのマリネ エネルギー 43 kcal 蛋白質 2.0 g 食塩 0.8 g	茄子の揚げ浸し エネルギー 47 kcal 蛋白質 1.0 g 食塩 0.4 g
単品デ		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	腸活ゼリー(巨峰) エネルギー 51 kcal 蛋白質 0.0 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(オレンジ) エネルギー 50 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g
	エネルギー 1453 kcal 蛋白質 65.5 g 食塩 8.1 g	エネルギー 1670 kcal 蛋白質 48.9 g 食塩 8.3 g	エネルギー 1670 kcal 蛋白質 64.1 g 食塩 7.8 g	エネルギー 1430 kcal 蛋白質 58.0 g 食塩 8.6 g	エネルギー 1541 kcal 蛋白質 43.1 g 食塩 9.4 g	エネルギー 1476 kcal 蛋白質 54.5 g 食塩 7.1 g	エネルギー 1727 kcal 蛋白質 47.6 g 食塩 8.0 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12月8日(日) ~ 2024年12月14日(土)

	日 8	月 9	火 10	水 11	木 12	金 13	土 14
朝食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	のり塩ポテト	マカロニソテー	いんげんの炒め物	スナッペンどうのソテー	スクランブルエッグ	ウインナーのコンソメ煮	厚焼き卵
	小松菜のソテー	カリフラワーのドレッシング和え	玉ねぎのポン酢和え	竹の子ちりめん	ピーマンの炒め物	オニオンサラダ	ごぼうの炒め煮
	エネルギー 296 kcal 蛋白質 5.9 g 食塩 0.5 g	エネルギー 359 kcal 蛋白質 8.3 g 食塩 1.1 g	エネルギー 306 kcal 蛋白質 8.2 g 食塩 1.3 g	エネルギー 307 kcal 蛋白質 6.6 g 食塩 0.5 g	エネルギー 393 kcal 蛋白質 13.6 g 食塩 0.8 g	エネルギー 346 kcal 蛋白質 8.5 g 食塩 1.1 g	エネルギー 373 kcal 蛋白質 10.7 g 食塩 1.1 g
昼食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	カレーライス(牛)
	肉団子の甘酢あん	タラと野菜のごまだれかけ	ビーフカツ	おでん	クリームチュー(鶏)(C-8オイル入)	かに玉	チーズサラダ
	もやしのナムル	きゅうりとツナの梅マヨ和え	ほうれん草のピーナツ和え	オクラの昆布和え	カリフラワーのソテー	スナッペンどうの梅肉和え	デザート(パイン缶)
	生姜スープ	味噌汁(なめこ・大根)	味噌汁(玉ねぎ・あげ)	味噌汁(里芋・椎茸)	トマトのマリネ	中華スープ	
	エネルギー 586 kcal 蛋白質 21.1 g 食塩 4.3 g	エネルギー 458 kcal 蛋白質 21.0 g 食塩 2.7 g	エネルギー 559 kcal 蛋白質 17.5 g 食塩 2.6 g	エネルギー 439 kcal 蛋白質 18.6 g 食塩 3.4 g	エネルギー 612 kcal 蛋白質 20.0 g 食塩 3.5 g	エネルギー 437 kcal 蛋白質 17.6 g 食塩 3.8 g	エネルギー 644 kcal 蛋白質 19.0 g 食塩 4.2 g
夕食	鮭の散らし寿司	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	ブロッコリーのおかか和え	鶏肉の天ぷら味噌だれ	ポークチャップ	さわらの胡麻照り焼き	カレイの焼き南蛮漬け	豚肉の生姜炒め	さばの煮つけ
	大豆の煮物	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	いんげんの和え物	小松菜のおかか和え	ほうれん草の酢味噌和え
	味噌汁(はくさい・わかめ)	金平ごぼう	茄子の甘辛炒め	いとこ煮	はくさいの炒め物	揚げない大学いも	大豆桜えび
	清し汁(そうめん)	コンソメスープ	味噌汁(豆腐)	味噌汁(青菜・しめじ)	味噌汁(あおさ)	清し汁(トロロ昆布)	
	エネルギー 443 kcal 蛋白質 19.1 g 食塩 4.5 g	エネルギー 705 kcal 蛋白質 25.5 g 食塩 3.0 g	エネルギー 607 kcal 蛋白質 24.1 g 食塩 3.3 g	エネルギー 515 kcal 蛋白質 24.2 g 食塩 3.0 g	エネルギー 510 kcal 蛋白質 24.9 g 食塩 3.5 g	エネルギー 591 kcal 蛋白質 22.9 g 食塩 2.7 g	エネルギー 548 kcal 蛋白質 28.3 g 食塩 4.2 g
単品小	蒸ししゅうまい	ひじきの煮物	大根の煮物	れんこん金平	ほうれん草の胡麻和え	高野豆腐の煮物	きのこソテー
	エネルギー 82 kcal 蛋白質 1.6 g 食塩 0.4 g	エネルギー 55 kcal 蛋白質 1.9 g 食塩 0.8 g	エネルギー 26 kcal 蛋白質 0.8 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 28 kcal 蛋白質 1.9 g 食塩 0.9 g	エネルギー 48 kcal 蛋白質 3.0 g 食塩 0.7 g	エネルギー 71 kcal 蛋白質 2.8 g 食塩 0.5 g
単品デ	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)	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)
	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 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 1462 kcal 蛋白質 47.8 g 食塩 10.0 g	エネルギー 1628 kcal 蛋白質 56.7 g 食塩 7.9 g	エネルギー 1550 kcal 蛋白質 50.6 g 食塩 7.8 g	エネルギー 1386 kcal 蛋白質 50.2 g 食塩 7.6 g	エネルギー 1592 kcal 蛋白質 60.4 g 食塩 9.0 g	エネルギー 1474 kcal 蛋白質 52.0 g 食塩 8.4 g	エネルギー 1687 kcal 蛋白質 60.8 g 食塩 10.3 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12月15日(日) ~ 2024年12月21日(土)

	日 15	月 16	火 17	水 18	木 19	金 20	土 21
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	温野菜サラダ	のり塩ポテト	ピーマンのソテー	肉団子のコンソメ煮	小松菜のソテー	スクランブルエッグ
	チンゲン菜のソテー	キャベツのソテー	ほうれん草の炒め物	大根サラダ	玉ねぎのボン酢和え	くり豆	カリフラワーの炒め物
	エネルギー 320 kcal 蛋白質 8.6 g 食塩 1.3 g	エネルギー 364 kcal 蛋白質 6.5 g 食塩 0.9 g	エネルギー 317 kcal 蛋白質 8.1 g 食塩 0.7 g	エネルギー 329 kcal 蛋白質 7.5 g 食塩 1.1 g	エネルギー 323 kcal 蛋白質 9.3 g 食塩 1.3 g	エネルギー 324 kcal 蛋白質 8.2 g 食塩 0.4 g	エネルギー 401 kcal 蛋白質 15.5 g 食塩 0.9 g
昼食	米飯	米飯	そばろ丼(牛豚)	米飯	米飯	わかめご飯	米飯
	しまほっけの塩焼き	鶏肉の唐揚げ	春雨サラダ	マスのムニエル	肉巻きフライ	にゅうめん	ホキの西京焼き
	茄子の揚げ浸し	小松菜とたくあんの炒め物	清し汁(そうめん)	カリフラワーの粒マスタード和え	はくさいの浅漬け	れんこんの炒め煮	オクラの昆布和え
	味噌汁(はくさい・えのき)	味噌汁(大根・わかめ)		オートミール入りミネストローネ	味噌汁(玉ねぎ・わかめ)	デザート(カクテル缶)	清し汁(青菜・椎茸)
エネルギー 384 kcal 蛋白質 17.5 g 食塩 1.9 g	エネルギー 581 kcal 蛋白質 23.4 g 食塩 1.9 g	エネルギー 620 kcal 蛋白質 24.0 g 食塩 3.2 g	エネルギー 560 kcal 蛋白質 22.2 g 食塩 3.0 g	エネルギー 437 kcal 蛋白質 14.3 g 食塩 2.7 g	エネルギー 541 kcal 蛋白質 14.9 g 食塩 5.0 g	エネルギー 351 kcal 蛋白質 18.1 g 食塩 2.7 g	
夕食	米飯	ゆかりの散らし寿司	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	肉豆腐(豚)	オクラのかき醤油和え	白身魚のチリソースかけ	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)
	きゅうりとしらすの酢の物	炒り豆腐	ねぎ焼き	いんげんのピーナツ和え	マカロニサラダ	もずく和え	きゅうりとかに棒の酢の物
	れんこん金平	味噌汁(椎茸・玉ねぎ)	キャベツのザーサイ和え	ひじきの煮物	スナックえんどうの炒め物	野菜コロッケ	かぼちゃの煮物
味噌汁(しめじ・わかめ)		中華スープ	味噌汁(あおさ)	味噌汁(青菜・あげ)	清し汁(トロロ昆布)	味噌汁(えのき・あげ)	
エネルギー 578 kcal 蛋白質 26.9 g 食塩 3.2 g	エネルギー 424 kcal 蛋白質 15.9 g 食塩 5.0 g	エネルギー 501 kcal 蛋白質 20.9 g 食塩 4.5 g	エネルギー 624 kcal 蛋白質 25.8 g 食塩 3.4 g	エネルギー 692 kcal 蛋白質 28.7 g 食塩 2.3 g	エネルギー 524 kcal 蛋白質 21.9 g 食塩 3.4 g	エネルギー 599 kcal 蛋白質 23.3 g 食塩 4.6 g	
単品小	しろなのお浸し	パプリカのピクルス	ブロッコリーの炒め物	豆腐のナゲット	卵の花	しろなのからし和え	和風スバゲティ
	エネルギー 15 kcal 蛋白質 1.2 g 食塩 0.6 g	エネルギー 39 kcal 蛋白質 0.6 g 食塩 0.6 g	エネルギー 56 kcal 蛋白質 2.9 g 食塩 0.4 g	エネルギー 111 kcal 蛋白質 3.6 g 食塩 0.5 g	エネルギー 68 kcal 蛋白質 2.0 g 食塩 0.7 g	エネルギー 20 kcal 蛋白質 1.1 g 食塩 0.8 g	エネルギー 60 kcal 蛋白質 2.5 g 食塩 0.4 g
単品デ	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(クアハ)	腸活ゼリー(マスクット)	腸活ゼリー(紅茶)
	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 55 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g
	エネルギー 1348 kcal 蛋白質 54.2 g 食塩 7.3 g	エネルギー 1458 kcal 蛋白質 46.4 g 食塩 8.7 g	エネルギー 1532 kcal 蛋白質 55.9 g 食塩 9.1 g	エネルギー 1679 kcal 蛋白質 59.2 g 食塩 8.3 g	エネルギー 1571 kcal 蛋白質 54.3 g 食塩 7.3 g	エネルギー 1461 kcal 蛋白質 46.1 g 食塩 9.9 g	エネルギー 1466 kcal 蛋白質 59.4 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12月22日(日) ~ 2024年12月28日(土)

	日 22	月 23	火 24	水 25	木 26	金 27	土 28
朝食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	さつまいもサラダ	ウインナーのコンソメ煮	マカロニサラダ	小松菜のソテー	チキンボールのコンソメ煮	スナッペンどうのソテー	はくさいの炒め物
	竹の子ちりめん	ほうれん草の炒め物	キャベツのソテー	オニオンサラダ	大根のドレッシング和え	キャベツのドレッシング和え	ブロッコリーのマヨネーズ和え
	エネルギー 368 kcal 蛋白質 4.8 g 食塩 0.3 g	エネルギー 316 kcal 蛋白質 8.5 g 食塩 1.0 g	エネルギー 365 kcal 蛋白質 6.9 g 食塩 0.7 g	エネルギー 330 kcal 蛋白質 7.5 g 食塩 0.9 g	エネルギー 329 kcal 蛋白質 9.5 g 食塩 1.5 g	エネルギー 353 kcal 蛋白質 8.9 g 食塩 1.1 g	エネルギー 348 kcal 蛋白質 7.8 g 食塩 0.8 g
昼食	ピビンバ丼(牛豚)	米飯	米飯	米飯	米飯	キーマカレー	米飯
	ブロッコリーの香味和え	鶏肉の照りマヨ生姜炒め	タラのたらこクリームソース	木の葉とじ	あじのなめろうフライ	人参しりしり	鶏じゃが
	中華スープ	しろなのお浸し	ブロッコリーの胡麻和え	金平ごぼう	きゅうりとわかめの酢の物	コンソメスープ	卵の花
	エネルギー 510 kcal 蛋白質 20.6 g 食塩 3.6 g	エネルギー 534 kcal 蛋白質 19.5 g 食塩 2.2 g	エネルギー 418 kcal 蛋白質 20.6 g 食塩 3.7 g	エネルギー 475 kcal 蛋白質 17.4 g 食塩 2.4 g	エネルギー 410 kcal 蛋白質 11.7 g 食塩 2.0 g	エネルギー 684 kcal 蛋白質 23.8 g 食塩 4.9 g	エネルギー 510 kcal 蛋白質 18.2 g 食塩 2.7 g
夕食	米飯	米飯	米飯	パエリア	米飯	米飯	散らし寿司
	海老と卵の炒め物 和風あんかけ	白身魚の磯辺揚げ	豆腐と豚肉のねぎ塩炒め煮	鶏肉のバジルソテー	いかと里芋の煮物	さばの塩焼き	いんげんのかき醤油和え
	いんげんのお和え物	スナッペンどうのおかか和え	チンゲン菜のナムル	ポテトサラダ	ピーマンとちくわの甘辛炒め	オクラの和え物	里芋のそぼろ煮
	大豆の煮物	里芋の煮っころがし	蒸ししゅうまい	コーンスープ	小松菜のおかか和え	ひじきの煮物	味噌汁(あおさ)
味噌汁(あおさ)	味噌汁(小松菜・玉ねぎ)	味噌汁(じゃがいも・わかめ)		清し汁(そうめん)	味噌汁(しろな・人参)		
エネルギー 549 kcal 蛋白質 25.8 g 食塩 4.3 g	エネルギー 562 kcal 蛋白質 22.0 g 食塩 2.1 g	エネルギー 541 kcal 蛋白質 25.0 g 食塩 4.6 g	エネルギー 721 kcal 蛋白質 30.0 g 食塩 5.1 g	エネルギー 528 kcal 蛋白質 27.9 g 食塩 4.4 g	エネルギー 465 kcal 蛋白質 21.6 g 食塩 3.3 g	エネルギー 495 kcal 蛋白質 17.4 g 食塩 4.7 g	
単品小	じゃがいものソテー	茄子の煮物	れんこんのそぼろ煮	ほうれん草のからし和え	高野豆腐の煮物	茄子のマリネ	チンゲン菜のおかか和え
	エネルギー 65 kcal 蛋白質 1.6 g 食塩 0.4 g	エネルギー 46 kcal 蛋白質 1.0 g 食塩 0.4 g	エネルギー 66 kcal 蛋白質 2.9 g 食塩 0.6 g	エネルギー 25 kcal 蛋白質 2.0 g 食塩 0.9 g	エネルギー 52 kcal 蛋白質 3.1 g 食塩 0.7 g	エネルギー 53 kcal 蛋白質 0.9 g 食塩 0.8 g	エネルギー 18 kcal 蛋白質 0.9 g 食塩 0.8 g
単品デ	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(カティライフ)	腸活ゼリー(抹茶)
	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 55 kcal 蛋白質 0.1 g 食塩 0.3 g
エネルギー 1541 kcal 蛋白質 52.8 g 食塩 8.9 g	エネルギー 1510 kcal 蛋白質 51.0 g 食塩 5.8 g	エネルギー 1441 kcal 蛋白質 55.4 g 食塩 9.9 g	エネルギー 1602 kcal 蛋白質 56.9 g 食塩 9.6 g	エネルギー 1369 kcal 蛋白質 52.2 g 食塩 8.9 g	エネルギー 1593 kcal 蛋白質 55.2 g 食塩 10.4 g	エネルギー 1426 kcal 蛋白質 44.4 g 食塩 9.3 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12月29日(日) ~ 2025年1月4日(土)

	日 29	月 30	火 31	水 1	木 2	金 3	土 4
朝食	米飯 玉ねぎのボン酢和え 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 ベーコンエッグ 温野菜サラダ				
	エネルギー - 297 kcal 蛋白質 8.0 g 食塩 1.2 g	エネルギー - 361 kcal 蛋白質 9.8 g 食塩 1.1 g	エネルギー - 390 kcal 蛋白質 13.3 g 食塩 0.9 g				
昼食	米飯 豚バラ大根 ほうれん草のお浸し 味噌汁(玉ねぎ・人参)	かに玉丼 春雨サラダ 中華スープ	わかめご飯 年越しそば(いなり揚げ) チンゲン菜の胡麻和え デザート(パイン缶)				
	エネルギー - 571 kcal 蛋白質 20.5 g 食塩 2.8 g	エネルギー - 481 kcal 蛋白質 12.7 g 食塩 3.2 g	エネルギー - 526 kcal 蛋白質 15.6 g 食塩 5.2 g				
夕食	米飯 白身魚フライ 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 メバルの幽庵焼き はくさいの浅漬け かぼちゃの煮物 味噌汁(わかめ・あげ)	米飯 鶏肉のハニーマスタード焼き ブロッコリーとツナの和え物 ほうれん草のガーリック炒め コンソメスープ				
	エネルギー - 634 kcal 蛋白質 18.5 g 食塩 2.7 g	エネルギー - 433 kcal 蛋白質 21.7 g 食塩 3.4 g	エネルギー - 601 kcal 蛋白質 29.8 g 食塩 3.6 g				
単品小	じゃがいもの甘辛炒め	いんげんのソテー	里芋の生姜あんかけ				
	エネルギー - 74 kcal 蛋白質 1.7 g 食塩 0.5 g	エネルギー - 53 kcal 蛋白質 1.8 g 食塩 0.5 g	エネルギー - 68 kcal 蛋白質 1.8 g 食塩 0.8 g				
単品デ	腸活ゼリー(ケアハ)	腸活ゼリー(マスクット)	腸活ゼリー(紅茶)				
	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 - 55 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g				
	エネルギー - 1627 kcal 蛋白質 48.7 g 食塩 7.5 g	エネルギー - 1380 kcal 蛋白質 46.0 g 食塩 8.5 g	エネルギー - 1640 kcal 蛋白質 60.5 g 食塩 10.8 g				