

月間献立予定表（食材）

デリケア株式会社

日付	朝食	昼食	夕食	小鉢 デザート
2/1 (土)	米飯 じゃがいものソテー きゅうりのドレッシング 和え	米飯 ミンチカツ チンゲン菜の香味和え 味噌汁(あおさ)	中華風炊き込みご飯 水きょうざ スナッフえんどうの中華和え 大根の浅漬	ピーマンのソテー
2/2 (日)	米飯 マカロニサラダ 小松菜の炒め物	米飯 木の葉とじ 菜の花のピーナツ和え 味噌汁(しめじ・人参)	米飯 赤魚の照り焼き 茄子のソテー じゃこピーマン 味噌汁(玉ねぎ・わかめ)	かぼちゃの煮物
2/3 (月)	米飯 ウインナーのコンソメ煮 カリフラワーの炒め物	米飯 鶏肉と野菜の炒め煮 いんげんの和え物 味噌汁(はくさい・大根)	散らし寿司 菜の花のお浸し 五目煮豆 清し汁(かまぼこ・みつば)	揚げない大学いも
2/4 (火)	米飯 厚焼き卵 しろうなの塩だれ炒め	コーンライス ミートスパゲティ フロッコリーのチーズ和え コンソメスープ	米飯 あじのなめろうフライ チンゲン菜の柚子和え ひじきの煮物 味噌汁(あおさ)	れんこん金平
2/5 (水)	米飯 かぼちゃサラダ 竹の子ちりめん	米飯 豚肉の甘辛炒め スナッフえんどうのごま油和え 味噌汁(えのき・わかめ)	米飯 ぶりの煮つけ 小松菜の酢味噌和え 茄子の甘辛炒め 清し汁(トコロ昆布)	ジャーマンポテト
2/6 (木)	米飯 ベーコンエッグ きゅうりのドレッシング 和え	米飯 白身魚の塩麹焼き しろうなのお浸し 味噌汁(なめこ・あげ)	米飯 ◆きりたんぼ鍋(鶏) オクラの梅おかか和え さつまいもの煮物 ◆デザート(伊予柑ゼリー)	卵の花
2/7 (金)	米飯 カリフラワーのクリーム煮 いんげんのかレーソテー	米飯 とんかつ ほうれん草のかき醤油和え 味噌汁(大根・わかめ)	米飯 鶏団子のきのこあんかけ フロッコリーのマネー和え ごぼうの炒め物 中華スープ	大豆桜えび
2/8 (土)	米飯 チンゲン菜の炒め物 くり豆	米飯 鴨そば 菜の花のからし和え デザート(黄桃缶)	米飯 マスの味噌マヨ焼き 小松菜のお浸し スナッフえんどうのソテー 清し汁(トコロ昆布)	里芋のそぼろ煮
2/9 (日)	米飯 スクランブルエッグ 竹の子ちりめん	米飯 白身魚のゆかり揚げ オクラの昆布和え 味噌汁(豆腐)	米飯 豚肉の生姜炒め フロッコリーのおかか和え いとこ煮 味噌汁(しめじ・わかめ)	切干大根の煮物
2/10 (月)	米飯 マカロニソテー 玉ねぎのドレッシング和え	米飯 おでん チンゲン菜のお浸し 味噌汁(えのき・はくさい)	米飯 鶏肉のハニーマスタード焼き しろうなの香味和え 揚げない大学いも 味噌汁(あおさ)	人参しりしり
2/11 (火)	米飯 肉団子のコンソメ煮 のり塩ポテト	米飯 海老と卵の炒め物風あんかけ ザーサイ和え はるさめスープ	米飯 ビーフカツ 金平ごぼう 菜の花の和え物 味噌汁(玉ねぎ・あげ)	炒り豆腐
2/12 (水)	米飯 卵とじ 小松菜の炒め物	米飯 カリバタチキン トマトのマリネ ポタージュ	米飯 タラののおろしソース オクラの和え物 長芋の醤油炒め 味噌汁(青菜・人参)	いんげんのソテー
2/13 (木)	米飯 ジャーマンポテト ピーマンの炒め物	米飯 メバルの南部焼き はくさいの浅漬 味噌汁(玉ねぎ・人参)	鮭の散らし寿司 ひじきサラダ カリフラワーのソテー 味噌汁(えのき・わかめ)	ねぎ焼き
2/14 (金)	米飯 ハムエッグ オニオンサラダ	米飯 角煮と野菜の炊き合わせ もずく和え 清し汁(そうめん)	米飯 白身魚フライ 小松菜のお浸し ミニお好み焼き 味噌汁(里芋・しめじ)	じゃがいもの甘辛炒め
2/15 (土)	米飯 スナッフえんどうの炒め物 キャベツのドレッシング 和え	米飯 豆腐チャンフルー(豚) フロッコリーのマネー 和え 味噌汁(じゃがいも・わかめ)	米飯 ホキの味噌漬け焼き 大根のピクルス 和風スパゲティ 清し汁(トコロ昆布)	菜の花の煮浸し

月間献立予定表（食材）

デリケア（株式会社）

日付	朝食	昼食	夕食	小鉢 デザート
2/16 (日)	米飯 かぼちゃサラダ しろなのソテー	米飯 海鮮焼きそば きゅうりの梅肉和え 味噌汁(青菜・玉ねぎ)	米飯 鶏肉の照り焼き チンゲン菜のナムル 蒸ししゅうまい 味噌汁(えのき・人参)	高野豆腐の煮物
2/17 (月)	米飯 ほうれん草の炒め物 カリフラワーのドレッシング和え	オムライス スナッフえんどうのチーズ和え コンソメスープ	米飯 さばの煮つけ ひじきとピーマンのソテー いんげんの胡麻和え 味噌汁(椎茸・わかめ)	豆腐のナゲット
2/18 (火)	米飯 マカロニサラダ チンゲン菜のソテー	米飯 ポトフ キャベツの炒め物 デザート(カクテル缶)	米飯 肉巻きフライ 菜の花のからし和え 里芋の煮っころがし 清し汁(そうめん)	春雨サラダ
2/19 (水)	米飯 厚焼き卵 玉ねぎのボン酢和え	米飯 ◆牛肉ときのこのオムライス炒め 揚げない大学いも 味噌汁(豆腐)	炊き込みご飯 カレイの照り焼き しろなかかか 味噌汁(あおさ)	もずく和え
2/20 (木)	米飯 茄子の甘辛炒め 温野菜サラダ	米飯 白身魚の竜田揚げ ひじきの煮物 味噌汁(里芋・あげ)	米飯 八宝菜(豚) 小松菜の酢味噌和え がんもの煮物 中華スープ	オクラのお浸し
2/21 (金)	米飯 さつまいもサラダ れんこんの炒め煮	米飯 ハンバーグ(C-811入リ)ス ハフリカのマリネ きのこポターシュ	米飯 筑前煮(鶏) 菜の花のお浸し 大豆燻えび 味噌汁(はくさい・しめじ)	ほうれん草のガーリックソテー
2/22 (土)	米飯 カリフラワーのクリーム煮 チンゲン菜のソテー	カツとじ丼 大根の煮物 味噌汁(あおさ)	米飯 タラと野菜のごまだれかけ きゅうりの浅漬け たらこスパゲティ 味噌汁(じゃがいも・玉ねぎ)	しろなのお浸し
2/23 (日)	米飯 小松菜の炒め物 オニオンサラダ	米飯 きつねうどん はくさいの梅肉和え デザート(パイン缶)	米飯 鶏肉のトウチジャン炒め 人参しりしり 茄子のマリネ 味噌汁(玉ねぎ・わかめ)	ピーマンのかき醤油炒め
2/24 (月)	米飯 チキンボールのコンソメ煮 いんげんのソテー	米飯 豚玉大根煮 蒸ししゅうまい 味噌汁(しめじ・あげ)	米飯 あじの焼き南蛮外刺し オクラの和え物 じゃがいもの醤油炒め 味噌汁(青菜・人参)	もずく和え
2/25 (火)	米飯 しろなの炒め物 くり豆	米飯 鶏肉の唐揚げ なめこのおろし和え 味噌汁(小松菜・玉ねぎ)	揚げとひじきの散らし寿司 菜の花の磯辺和え かぼちゃの煮物 味噌汁(あおさ)	キャベツのソテー
2/26 (水)	米飯 温野菜サラダ スナッフえんどうの炒め物	◆大豆入りキーマカレー ほうれん草のソテー きゅうりとツナの和え物	米飯 赤魚の幽庵焼き オクラの昆布和え れんこん金平 味噌汁(あげ・わかめ)	トマトのマリネ
2/27 (木)	米飯 じゃがいものソテー オニオンサラダ	米飯 豆腐の卵きのこあんかけ もやし香味和え 中華スープ	米飯 豚肉と大根の胡麻味噌炒め フロッコリーの卵和え ◆かぶのそぼろ煮 清し汁(トロ口昆布)	ピーマンのソテー
2/28 (金)	米飯 スクランブルエッグ カリフラワーのサラダ	米飯 寄せ鍋(鶏) 小松菜の胡麻酢和え 味噌汁(里芋・玉ねぎ)	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・あげ)	金平ごぼう

〈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：2025年2月1日(土)～2025年2月7日(金)

		土 1	日 2	月 3	火 4	水 5	木 6	金 7
朝食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	じゃがいものソテー	マカロニサラダ	ウインナーのコンソメ煮	厚焼き卵	かぼちゃサラダ	ベーコンエッグ	カリフラワーのクリーム煮	
	きゅうりのドレッシング和え	小松菜の炒め物	カリフラワーの炒め物	しろなの塩だれ炒め	竹の子ちりめん	きゅうりのドレッシング和え	いんげんのカレーソテー	
	エネルギー 332 kcal 蛋白質 7.2 g	エネルギー 357 kcal 蛋白質 7.9 g	エネルギー 338 kcal 蛋白質 8.8 g	エネルギー 332 kcal 蛋白質 9.4 g	エネルギー 344 kcal 蛋白質 5.2 g	エネルギー 403 kcal 蛋白質 14.3 g	エネルギー 332 kcal 蛋白質 8.9 g	
	食塩 1.3 g	食塩 0.7 g	食塩 1.0 g	食塩 1.2 g	食塩 0.3 g	食塩 1.1 g	食塩 1.2 g	
昼食	米飯	米飯	米飯	コーンライス	米飯	米飯	米飯	
	ミンチカツ	木の葉とじ	鶏肉と野菜の炒め煮	ミートスパゲティ	豚肉の甘辛炒め	白身魚の塩麹焼き	とんかつ	
	チンゲン菜の香味和え	菜の花のピーナツ和え	いんげんの和え物	ブロッコリーのチーズ和え	スナックえんどうのごま油和え	しろなのお浸し	ほうれん草のかき醤油和え	
	味噌汁(あおさ)	味噌汁(しめじ・人参)	味噌汁(はくさい・大根)	コンソメスープ	味噌汁(えのき・わかめ)	味噌汁(なめこ・あげ)	味噌汁(大根・わかめ)	
	エネルギー 542 kcal 蛋白質 14.6 g	エネルギー 439 kcal 蛋白質 19.3 g	エネルギー 501 kcal 蛋白質 20.1 g	エネルギー 685 kcal 蛋白質 23.5 g	エネルギー 527 kcal 蛋白質 23.5 g	エネルギー 368 kcal 蛋白質 21.5 g	エネルギー 526 kcal 蛋白質 16.4 g	
食塩 3.1 g	食塩 2.3 g	食塩 2.7 g	食塩 5.1 g	食塩 3.1 g	食塩 2.3 g	食塩 2.9 g		
夕食	中華風炊き込みご飯	米飯	散らし寿司	米飯	米飯	米飯	米飯	
	水ぎょうざ	赤魚の照り焼き	菜の花のお浸し	あじのなめろうフライ	ぶりの煮つけ	◆きりたんぼ鍋(鶏)	鶏団子のきのこあんかけ	
	スナックえんどうの中華和え	茄子のマリネ	五目煮豆	チンゲン菜の柚子和え	小松菜の酢味噌和え	オクラの梅おかか和え	ブロッコリーのマヨネーズ和え	
	大根の浅漬け	じゃこピーマン	清し汁(かまぼこ・みつば)	ひじきの煮物	茄子の甘辛炒め	さつまいもの煮物	ごぼうの炒め物	
	味噌汁(玉ねぎ・わかめ)	味噌汁(わかめ)	味噌汁(わかめ)	味噌汁(あおさ)	清し汁(トコロ昆布)	◆デザート(伊予柑ゼリー)	中華スープ	
エネルギー 492 kcal 蛋白質 18.9 g	エネルギー 522 kcal 蛋白質 21.1 g	エネルギー 474 kcal 蛋白質 20.6 g	エネルギー 451 kcal 蛋白質 13.4 g	エネルギー 555 kcal 蛋白質 24.1 g	エネルギー 581 kcal 蛋白質 20.7 g	エネルギー 574 kcal 蛋白質 19.1 g		
食塩 5.4 g	食塩 3.2 g	食塩 4.2 g	食塩 2.9 g	食塩 3.6 g	食塩 2.9 g	食塩 4.0 g		
単品小	ピーマンのソテー	かぼちゃの煮物	揚げない大学いも	れんこん金平	ジャーマンポテト	卵の花	大豆桜えび	
	エネルギー 54 kcal 蛋白質 1.7 g	エネルギー 63 kcal 蛋白質 1.7 g	エネルギー 118 kcal 蛋白質 0.9 g	エネルギー 60 kcal 蛋白質 0.8 g	エネルギー 81 kcal 蛋白質 1.9 g	エネルギー 68 kcal 蛋白質 2.0 g	エネルギー 76 kcal 蛋白質 7.4 g	
	食塩 0.6 g	食塩 0.7 g	食塩 0.4 g	食塩 0.4 g	食塩 0.8 g	食塩 0.7 g	食塩 0.8 g	
エネルギー 1420 kcal 蛋白質 42.4 g	エネルギー 1381 kcal 蛋白質 50.0 g	エネルギー 1431 kcal 蛋白質 50.4 g	エネルギー 1528 kcal 蛋白質 47.1 g	エネルギー 1507 kcal 蛋白質 54.7 g	エネルギー 1420 kcal 蛋白質 58.5 g	エネルギー 1508 kcal 蛋白質 51.8 g		
食塩 10.4 g	食塩 6.9 g	食塩 8.3 g	食塩 9.6 g	食塩 7.8 g	食塩 7.0 g	食塩 8.9 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 : 2025年2月8日(土) ~ 2025年2月14日(金)

	土 8	日 9	月 10	火 11	水 12	木 13	金 14
朝食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	チンゲン菜の炒め物	スクランブルエッグ	マカロニソテー	肉団子のコンソメ煮	卵とじ	ジャーマンポテト	ハムエッグ
	くり豆	竹の子ちりめん	玉ねぎのドレッシング和え	のり塩ポテト	小松菜の炒め物	ピーマンの炒め物	オニオンサラダ
	エネルギー 338 kcal 蛋白質 7.3 g	エネルギー 332 kcal 蛋白質 11.4 g	エネルギー 369 kcal 蛋白質 8.3 g	エネルギー 334 kcal 蛋白質 8.6 g	エネルギー 388 kcal 蛋白質 14.2 g	エネルギー 355 kcal 蛋白質 7.3 g	エネルギー 404 kcal 蛋白質 13.8 g
	食塩 0.4 g	食塩 0.4 g	食塩 1.0 g	食塩 0.7 g	食塩 1.1 g	食塩 1.2 g	食塩 1.0 g
昼食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	鴨そば	白身魚のゆかり揚げ	おでん	海老と卵の炒め物和风あんかけ	ガリバタチキン	メバルの南部焼き	角煮と野菜の炊き合わせ
	菜の花のからし和え	オクラの昆布和え	チンゲン菜のお浸し	ザーサイ和え	トマトのマリネ	はくさいの浅漬け	もずく和え
	デザート(黄桃缶)	味噌汁(豆腐)	味噌汁(えのき・はくさい)	はるさめスープ	ポタージュ	味噌汁(玉ねぎ・人参)	清し汁(そうめん)
	エネルギー 548 kcal 蛋白質 18.7 g	エネルギー 486 kcal 蛋白質 20.6 g	エネルギー 448 kcal 蛋白質 19.9 g	エネルギー 481 kcal 蛋白質 20.0 g	エネルギー 523 kcal 蛋白質 19.8 g	エネルギー 423 kcal 蛋白質 19.8 g	エネルギー 484 kcal 蛋白質 16.3 g
食塩 3.1 g	食塩 2.0 g	食塩 3.2 g	食塩 4.4 g	食塩 3.5 g	食塩 2.9 g	食塩 2.7 g	
夕食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	マスの味噌マヨ焼き	豚肉の生姜炒め	鶏肉のハニーマスタード焼き	ビーフカツ	タラのおろしソース	ひじきサラダ	白身魚フライ
	小松菜のお浸し	ブロッコリーのおかか和え	しろなの香味和え	金平ごぼう	オクラの和え物	カリフラワーのソテー	小松菜のお浸し
	スナップえんどうのソテー	いとこ煮	揚げない大学いも	菜の花の和え物	長芋の醤油炒め	味噌汁(えのき・わかめ)	ミニお好み焼き
	清し汁(トロロ昆布)	味噌汁(しめじ・わかめ)	味噌汁(あおさ)	味噌汁(玉ねぎ・あげ)	味噌汁(青菜・人参)		味噌汁(里芋・しめじ)
エネルギー 561 kcal 蛋白質 24.9 g	エネルギー 563 kcal 蛋白質 25.7 g	エネルギー 622 kcal 蛋白質 25.1 g	エネルギー 592 kcal 蛋白質 18.2 g	エネルギー 446 kcal 蛋白質 21.5 g	エネルギー 543 kcal 蛋白質 18.4 g	エネルギー 599 kcal 蛋白質 15.4 g	
食塩 3.5 g	食塩 2.9 g	食塩 3.4 g	食塩 3.2 g	食塩 3.3 g	食塩 4.2 g	食塩 2.7 g	
単品小	里芋のそぼろ煮	切干大根の煮物	人参しりしり	炒り豆腐	いんげんのソテー	ねぎ焼き	じゃがいもの甘辛炒め
	エネルギー 75 kcal 蛋白質 3.5 g	エネルギー 66 kcal 蛋白質 2.5 g	エネルギー 55 kcal 蛋白質 2.2 g	エネルギー 66 kcal 蛋白質 5.5 g	エネルギー 59 kcal 蛋白質 2.7 g	エネルギー 37 kcal 蛋白質 1.7 g	エネルギー 92 kcal 蛋白質 2.8 g
	食塩 0.6 g	食塩 0.4 g	食塩 0.3 g	食塩 0.6 g	食塩 0.5 g	食塩 0.7 g	食塩 0.4 g
エネルギー 1522 kcal 蛋白質 54.4 g	エネルギー 1447 kcal 蛋白質 60.2 g	エネルギー 1494 kcal 蛋白質 55.5 g	エネルギー 1473 kcal 蛋白質 52.3 g	エネルギー 1416 kcal 蛋白質 58.2 g	エネルギー 1358 kcal 蛋白質 47.2 g	エネルギー 1579 kcal 蛋白質 48.3 g	
食塩 7.6 g	食塩 5.7 g	食塩 7.9 g	食塩 8.9 g	食塩 8.4 g	食塩 9.0 g	食塩 6.8 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 : 2025年2月15日(土) ~ 2025年2月21日(金)

	土 15	日 16	月 17	火 18	水 19	木 20	金 21
朝食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	スナックえんどうの炒め物	かぼちゃサラダ	ほうれん草の炒め物	マカロニサラダ	厚焼き卵	茄子の甘辛炒め	さつまいもサラダ
	キャベツのドレッシング和え	しろなのソテー	カリフラワーのドレッシング和え	チンゲン菜のソテー	玉ねぎのポン酢和え	温野菜サラダ	れんこんの炒め煮
	エネルギー 336 kcal 蛋白質 7.1 g	エネルギー 394 kcal 蛋白質 7.0 g	エネルギー 338 kcal 蛋白質 10.5 g	エネルギー 370 kcal 蛋白質 6.6 g	エネルギー 322 kcal 蛋白質 10.3 g	エネルギー 328 kcal 蛋白質 8.0 g	エネルギー 438 kcal 蛋白質 5.6 g
	食塩 0.9 g	食塩 0.9 g	食塩 1.2 g	食塩 0.7 g	食塩 1.5 g	食塩 1.1 g	食塩 0.7 g
昼食	米飯	米飯	オムライス	米飯	米飯	米飯	米飯
	豆腐チャンプルー(豚)	海鮮焼きそば	スナックえんどうのチーズ和え	ポトフ	◆牛肉ときのこのオスターソース炒め	白身魚の竜田揚げ	ハンバーグ(C-8オイル入ソース)
	ブロッコリーのマヨネーズ和え	きゅうりの梅肉和え	コンソメスープ	キャベツの炒め物	揚げない大学いも	ひじきの煮物	パプリカのマリネ
	味噌汁(じゃがいも・わかめ)	味噌汁(青菜・玉ねぎ)		デザート(カクテル缶)	味噌汁(豆腐)	味噌汁(里芋・あげ)	きのこポタージュ
	エネルギー 630 kcal 蛋白質 29.7 g	エネルギー 516 kcal 蛋白質 18.8 g	エネルギー 550 kcal 蛋白質 14.2 g	エネルギー 452 kcal 蛋白質 13.4 g	エネルギー 624 kcal 蛋白質 23.1 g	エネルギー 455 kcal 蛋白質 19.0 g	エネルギー 651 kcal 蛋白質 18.8 g
食塩 3.4 g	食塩 4.7 g	食塩 4.1 g	食塩 2.7 g	食塩 3.6 g	食塩 2.3 g	食塩 3.8 g	
夕食	米飯	米飯	米飯	米飯	炊き込みご飯	米飯	米飯
	ホキの味噌漬け焼き	鶏肉の照り焼き	さばの煮つけ	肉巻きフライ	カレーの照り焼き	八宝菜(豚)	筑前煮(鶏)
	大根のピクルス	チンゲン菜のナムル	ひじきとピーマンのソテー	菜の花のからし和え	しろなのおかか和え	小松菜の酢味噌和え	菜の花のお浸し
	和風スパゲティ	蒸ししゅうまい	いんげんの胡麻和え	里芋の煮っころがし	味噌汁(あおさ)	がんもの煮物	大豆桜えび
	清し汁(トロロ昆布)	味噌汁(えのき・人参)	味噌汁(椎茸・わかめ)	清し汁(そうめん)		中華スープ	味噌汁(はくさい・しめじ)
エネルギー 469 kcal 蛋白質 20.5 g	エネルギー 606 kcal 蛋白質 26.9 g	エネルギー 492 kcal 蛋白質 20.9 g	エネルギー 515 kcal 蛋白質 19.0 g	エネルギー 429 kcal 蛋白質 24.8 g	エネルギー 501 kcal 蛋白質 20.4 g	エネルギー 600 kcal 蛋白質 31.4 g	
食塩 3.4 g	食塩 3.4 g	食塩 4.4 g	食塩 2.9 g	食塩 5.1 g	食塩 4.1 g	食塩 3.7 g	
単品小	菜の花の煮浸し	高野豆腐の煮物	豆腐のナゲット	春雨サラダ	もずく和え	オクラのお浸し	ほうれん草のガーリックソテー
	エネルギー 36 kcal 蛋白質 3.2 g	エネルギー 52 kcal 蛋白質 3.1 g	エネルギー 111 kcal 蛋白質 3.6 g	エネルギー 66 kcal 蛋白質 1.0 g	エネルギー 4 kcal 蛋白質 0.3 g	エネルギー 42 kcal 蛋白質 2.6 g	エネルギー 38 kcal 蛋白質 2.9 g
	食塩 0.6 g	食塩 0.7 g	食塩 0.5 g	食塩 0.6 g	食塩 0.1 g	食塩 0.8 g	食塩 0.4 g
エネルギー 1471 kcal 蛋白質 60.5 g	エネルギー 1568 kcal 蛋白質 55.8 g	エネルギー 1491 kcal 蛋白質 49.2 g	エネルギー 1403 kcal 蛋白質 40.0 g	エネルギー 1379 kcal 蛋白質 58.5 g	エネルギー 1326 kcal 蛋白質 50.0 g	エネルギー 1727 kcal 蛋白質 58.7 g	
食塩 8.3 g	食塩 9.7 g	食塩 10.2 g	食塩 6.9 g	食塩 10.3 g	食塩 8.3 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 : 2025年2月22日(土) ~ 2025年2月28日(金)

	土 22	日 23	月 24	火 25	水 26	木 27	金 28
朝食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	カリフラワーのクリーム煮	小松菜の炒め物	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	スクランブルエッグ
	チンゲン菜のソテー	オニオンサラダ	いんげんのソテー	くり豆	スナッフえんどうの炒め物	オニオンサラダ	カリフラワーのサラダ
	エネルギー 305 kcal 蛋白質 7.0 g	エネルギー 339 kcal 蛋白質 8.3 g	エネルギー 344 kcal 蛋白質 10.1 g	エネルギー 318 kcal 蛋白質 7.5 g	エネルギー 330 kcal 蛋白質 7.6 g	エネルギー 346 kcal 蛋白質 8.1 g	エネルギー 387 kcal 蛋白質 14.1 g
	食塩 1.1 g	食塩 1.2 g	食塩 1.2 g	食塩 0.5 g	食塩 0.9 g	食塩 1.1 g	食塩 0.9 g
昼食	カツとじ丼	米飯	米飯	米飯	◆大豆入りキーマカレー	米飯	米飯
	大根の煮物	きつねうどん	豚玉大根煮	鶏肉の唐揚げ	ほうれん草のソテー	豆腐の卵きのこあんかけ	寄せ鍋(鶏)
	味噌汁(あおさ)	はくさいの梅肉和え	蒸ししゅうまい	なめこのおろし和え	きゅうりとツナの和え物	もやしの香味和え	小松菜の胡麻酢和え
		デザート(パイン缶)	味噌汁(しめじ・あげ)	味噌汁(小松菜・玉ねぎ)		中華スープ	味噌汁(里芋・玉ねぎ)
	エネルギー 605 kcal 蛋白質 21.8 g	エネルギー 481 kcal 蛋白質 13.4 g	エネルギー 530 kcal 蛋白質 24.7 g	エネルギー 561 kcal 蛋白質 23.6 g	エネルギー 703 kcal 蛋白質 30.0 g	エネルギー 493 kcal 蛋白質 23.0 g	エネルギー 455 kcal 蛋白質 19.3 g
食塩 3.1 g	食塩 3.6 g	食塩 2.6 g	食塩 1.7 g	食塩 5.1 g	食塩 4.1 g	食塩 3.8 g	
夕食	米飯	米飯	米飯	揚げとひじきの散らし寿司	米飯	米飯	米飯
	タラと野菜のごまだれかけ	鶏肉のトウチジャン炒め	あじの焼き南蛮タルタルソース	菜の花の磯辺和え	赤魚の幽庵焼き	豚肉と大根の胡麻味噌炒め	牛肉コロケ
	きゅうりの浅漬け	人参しりしり	オクラの和え物	かぼちやの煮物	オクラの昆布和え	ブロッコリーのマネズ和え	オクラのかき醤油和え
	たらこスパゲティ	茄子のマリネ	じゃがいもの醤油炒め	味噌汁(あおさ)	れんこん金平	◆かぶのそぼろ煮	ひじきの煮物
	味噌汁(じゃがいも・玉ねぎ)	味噌汁(玉ねぎ・わかめ)	味噌汁(青菜・人参)		味噌汁(あげ・わかめ)	清し汁(トロロ昆布)	味噌汁(しめじ・あげ)
エネルギー 475 kcal 蛋白質 22.7 g	エネルギー 649 kcal 蛋白質 22.6 g	エネルギー 585 kcal 蛋白質 21.9 g	エネルギー 485 kcal 蛋白質 13.7 g	エネルギー 443 kcal 蛋白質 20.4 g	エネルギー 594 kcal 蛋白質 27.0 g	エネルギー 567 kcal 蛋白質 14.0 g	
食塩 3.7 g	食塩 3.9 g	食塩 3.2 g	食塩 4.8 g	食塩 2.7 g	食塩 3.4 g	食塩 3.7 g	
単品小	しろなのお浸し	ピーマンのかき醤油炒め	もずく和え	キャベツのソテー	トマトのマリネ	ピーマンのソテー	金平ごぼう
	エネルギー 17 kcal 蛋白質 1.3 g	エネルギー 60 kcal 蛋白質 2.9 g	エネルギー 4 kcal 蛋白質 0.3 g	エネルギー 70 kcal 蛋白質 2.0 g	エネルギー 32 kcal 蛋白質 0.7 g	エネルギー 54 kcal 蛋白質 1.7 g	エネルギー 70 kcal 蛋白質 0.9 g
	食塩 0.5 g	食塩 0.6 g	食塩 0.1 g	食塩 0.5 g	食塩 0.4 g	食塩 0.6 g	食塩 0.4 g
エネルギー 1402 kcal 蛋白質 52.8 g	エネルギー 1529 kcal 蛋白質 47.2 g	エネルギー 1463 kcal 蛋白質 57.0 g	エネルギー 1434 kcal 蛋白質 46.8 g	エネルギー 1508 kcal 蛋白質 58.7 g	エネルギー 1487 kcal 蛋白質 59.8 g	エネルギー 1479 kcal 蛋白質 48.3 g	
食塩 8.4 g	食塩 9.3 g	食塩 7.1 g	食塩 7.5 g	食塩 9.1 g	食塩 9.2 g	食塩 8.8 g	