

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
3/1 (土)	米飯 ベーコンエッグ ブ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(そうめん)	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 腸活ゼリー(紅茶)
3/2 (日)	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 腸活ゼリー(青りんご)
3/3 (月)	米飯 ハムエッグ しろなのソテー	米飯 鶏肉と野菜の炒め煮 長芋のしば漬和え 味噌汁(玉ねぎ・えのき)	あさりの散らし寿司 菜の花のからし和え 炊き合わせ 粕汁	れんこんの炒め物 腸活ゼリー(マンゴー)
3/4 (火)	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 ホキの味噌漬焼き 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 腸活ゼリー(巨峰)
3/5 (水)	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 水ぎょうざ 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 腸活ゼリー(ビーチ)
3/6 (木)	米飯 ブロッコリーのソテー くり豆	米飯 豚肉と野菜の炊き合わせ 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 清し汁(トロロ昆布)	茄子の揚げ浸し 腸活ゼリー(和洋)
3/7 (金)	米飯 かぼちゃサラダ じゃこピーマン	米飯 ◆味噌煮込みうどん(鶏) ほうれん草のからし和え デザート(いちごアイス)	米飯 白身魚のカレーフリッター かんもの煮物 チンゲン菜のお浸し 味噌汁(キャベツ・えのき)	人参しりしり 腸活ゼリー(川ティラ伊)
3/8 (土)	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 豚肉の山椒炒め ブロッコリーのおかか和え 大豆の煮物 味噌汁(椎茸・わかめ)	蒸ししゅうまい 腸活ゼリー(抹茶)
3/9 (日)	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 菜の花のからし和え 金平ごぼう 清し汁(そうめん)	ひじきの煮物 腸活ゼリー(グアバ)
3/10 (月)	米飯 いんげんの炒め物 玉ねぎのポン酢和え	米飯 ビーフカツ ほうれん草のピーナツ和え 味噌汁(わかめ・あげ)	米飯 ホークチャップ 春雨サラダ 加子の甘辛炒め コンソメスープ	大根の煮物 腸活ゼリー(マスカット)
3/11 (火)	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 さばの塩焼き 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 腸活ゼリー(紅茶)
3/12 (水)	米飯 スクランブルエッグ ピーマンの炒め物	米飯 ◆ロールキャベツのクリームチヂミ(C-8オイル入) カリフラワーのソテー 豆腐のナゲット	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 腸活ゼリー(マンゴー)
3/13 (木)	米飯 ウィ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 揚げない大学いも 味噌汁(あおさ)	高野豆腐の煮物 腸活ゼリー(青りんご)
3/14 (金)	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 メバルの煮つけ 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 腸活ゼリー(巨峰)
3/15 (土)	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 さわらの照り焼き 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 腸活ゼリー(ビーチ)

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
3/16 (日)	米飯 温野菜サラダ キャベツのソテー	米飯 鶏肉の唐揚げ 小松菜とたくあんの炒め物 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 腸活ゼリー(和風)
3/17 (月)	米飯 のり塩ポテト ほうれん草の炒め物	米飯 牛肉の炒め物 春雨サラダ 味噌汁(しめじ・あげ)	米飯 白身魚のチリソースかけ ねぎ焼き きゅうりのザーサイ和え 中華スープ	ブロッコリーの炒め物 腸活ゼリー(和風)
3/18 (火)	米飯 ピーマンのソテー 大根サラダ	米飯 タラのトマトソースかけ カリフラワーの粒マスタート和え コンソメスープ	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 腸活ゼリー(抹茶)
3/19 (水)	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 ポテトサラダ スナッフえんどうの炒め物 味噌汁(青菜・あげ)	卵の花 腸活ゼリー(和風)
3/20 (木)	米飯 キャベツのソテー くり豆	コーンライス カルボナーラスパゲティ 小松菜のソテー コンソメスープ	米飯 豆腐の卵きのこあんかけ もずく和え 野菜コロケ 清し汁(トコロ昆布)	ブロッコリーのチーズ和え 腸活ゼリー(マスカット)
3/21 (金)	米飯 スクランブルエッグ カリフラワーの炒め物	米飯 白身魚の塩麹やき オクラの昆布和え 味噌汁(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)	茄子の甘辛炒め 腸活ゼリー(紅茶)
3/22 (土)	米飯 さつまいもサラダ 竹の子ちりめん	ピピンバ丼(牛豚) ブ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 腸活ゼリー(マンゴー)
3/23 (日)	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 しろなのお浸し 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)	和風スパゲティ 腸活ゼリー(和風)
3/24 (月)	米飯 マカロニサラダ 小松菜のソテー	米飯 マスのムニエル ブロッコリーの胡麻和え オトミル入りミネストローネ	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 腸活ゼリー(巨峰)
3/25 (火)	米飯 キャベツのソテー 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・あげ)	米飯 鶏肉のオレンジマーマレード焼き はくさいの炒め物 枝豆と桜えびのポテトサラダ コンソメスープ	ほうれん草のからし和え 腸活ゼリー(ビーチ)
3/26 (水)	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 腸活ゼリー(和風)
3/27 (木)	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 腸活ゼリー(和風)
3/28 (金)	米飯 はくさいの炒め物 ブロッコリーのマスタート和え	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 腸活ゼリー(抹茶)
3/29 (土)	米飯 玉ねぎのボン酢和え ピーマンのソテー	米飯 角煮と野菜の炊き合わせ 菜の花のお浸し 清し汁(トコロ昆布)	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 腸活ゼリー(和風)
3/30 (日)	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 赤魚の幽庵焼き 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 腸活ゼリー(マスカット)
3/31 (月)	米飯 ベーコンエッグ 温野菜サラダ	わかめご飯 にゅうめん チンゲン菜の胡麻和え デザート(バイン缶)	米飯 鶏肉のハニーマスタート焼き 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	里芋の生姜あんかけ 腸活ゼリー(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/禁止食)

年月日 : 2025年3月1日(土) ~ 2025年3月7日(金)

	土 1	日 2	月 3	火 4	水 5	木 6	金 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 カレイの西京焼き きゅうりのゆかり和え 清し汁(そうめん)	米飯 タンメン いんげんの和え物 デザート(黄桃缶)	米飯 鶏肉と野菜の炒め煮 長芋のしば漬け和え 味噌汁(玉ねぎ・えのき)	米飯 ホキの味噌漬け焼き 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 豚肉と野菜の炊き合わせ いんげんの胡麻和え 味噌汁(キャベツ・玉ねぎ)	米飯 ◆味噌煮込みうどん(鶏) ほうれん草のからし和え デザート(いちごアイス)
	エネルギー 400 kcal 蛋白質 23.1 g 食塩 3.1 g	エネルギー 517 kcal 蛋白質 17.6 g 食塩 4.0 g	エネルギー 501 kcal 蛋白質 19.8 g 食塩 2.3 g	エネルギー 393 kcal 蛋白質 18.2 g 食塩 2.9 g	エネルギー 602 kcal 蛋白質 13.3 g 食塩 2.4 g	エネルギー 427 kcal 蛋白質 19.5 g 食塩 2.9 g	エネルギー 560 kcal 蛋白質 20.2 g 食塩 4.6 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)	あさりの散らし寿司 菜の花のからし和え 炊き合わせ 粕汁	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 清し汁(トロロ昆布)	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 味噌汁(キャベツ・えのき)
	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 521 kcal 蛋白質 23.4 g 食塩 5.1 g	エネルギー 588 kcal 蛋白質 27.8 g 食塩 4.3 g	エネルギー 529 kcal 蛋白質 21.0 g 食塩 4.8 g	エネルギー 478 kcal 蛋白質 21.1 g 食塩 2.7 g	エネルギー 552 kcal 蛋白質 22.1 g 食塩 2.1 g
単品小	切干大根の煮物	焼き餃子	れんこんの炒め物	揚げだし豆腐	カリフラワーのマリネ	茄子の揚げ浸し	人参しりしり
	エネルギー 50 kcal 蛋白質 1.4 g 食塩 0.4 g	エネルギー 57 kcal 蛋白質 2.3 g 食塩 0.3 g	エネルギー 81 kcal 蛋白質 1.7 g 食塩 0.6 g	エネルギー 77 kcal 蛋白質 2.7 g 食塩 0.4 g	エネルギー 43 kcal 蛋白質 2.0 g 食塩 0.8 g	エネルギー 49 kcal 蛋白質 1.0 g 食塩 0.4 g	エネルギー 55 kcal 蛋白質 2.2 g 食塩 0.3 g
単品デ	腸活ゼリー(紅茶)	腸活ゼリー(青りんご)	腸活ゼリー(マンゴー)	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 52 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.1 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 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 1471 kcal 蛋白質 66.1 g 食塩 8.2 g	エネルギー 1673 kcal 蛋白質 48.9 g 食塩 8.1 g	エネルギー 1537 kcal 蛋白質 58.8 g 食塩 9.1 g	エネルギー 1443 kcal 蛋白質 58.3 g 食塩 9.3 g	エネルギー 1554 kcal 蛋白質 44.7 g 食塩 9.4 g	エネルギー 1368 kcal 蛋白質 50.7 g 食塩 6.8 g	エネルギー 1604 kcal 蛋白質 51.8 g 食塩 8.1 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 : 2025年3月8日(土) ~ 2025年3月14日(金)

	土 8	日 9	月 10	火 11	水 12	木 13	金 14
朝食	米飯 のり塩ポテト 小松菜のソテー	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 いんげんの炒め物 玉ねぎのポン酢和え	米飯 スナップえんどうのソテー 竹の子ちりめん	米飯 スクランブルエッグ ピーマンの炒め物	米飯 ウインナーのコンソメ煮 オニオンサラダ	米飯 厚焼き卵 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 肉団子の甘酢あん もやしのナムル 生姜スープ	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 ビーフカツ ほうれん草のピーナツ和え 味噌汁(わかめ・あげ)	米飯 おでん オクラの昆布和え 味噌汁(里芋・椎茸)	米飯 ◆ロールキャベツのクリームシチュー(G-8オイル入) カリフラワーのソテー 豆腐のナゲット	米飯 かに玉 スナップえんどうの梅肉和え 中華スープ	カレーライス(牛) チーズサラダ デザート(パイン缶)
	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 554 kcal 蛋白質 17.3 g 食塩 2.7 g	エネルギー 439 kcal 蛋白質 18.6 g 食塩 3.4 g	エネルギー 627 kcal 蛋白質 17.5 g 食塩 3.9 g	エネルギー 436 kcal 蛋白質 17.5 g 食塩 3.7 g	エネルギー 644 kcal 蛋白質 19.0 g 食塩 4.2 g
夕食	米飯 豚肉の山椒炒め ブロッコリーのおかか和え 大豆の煮物 味噌汁(椎茸・わかめ)	米飯 鶏肉の天ぷら味噌だれ 菜の花のからし和え 金平ごぼう 清し汁(そうめん)	米飯 ポークチャップ 春雨サラダ 茄子の甘辛炒め コンソメスープ	米飯 さばの塩焼き きゅうりとわかめの酢の物 いとこ煮 味噌汁(豆腐)	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)	米飯 豚肉の生姜炒め 小松菜のおかか和え 揚げない大学いも 味噌汁(あおさ)	米飯 メバルの煮つけ ほうれん草の酢味噌和え 大豆桜えび 清し汁(トロロ昆布)
	エネルギー 558 kcal 蛋白質 30.6 g 食塩 3.7 g	エネルギー 717 kcal 蛋白質 27.1 g 食塩 2.9 g	エネルギー 607 kcal 蛋白質 24.1 g 食塩 3.3 g	エネルギー 470 kcal 蛋白質 22.0 g 食塩 2.9 g	エネルギー 506 kcal 蛋白質 24.8 g 食塩 3.5 g	エネルギー 591 kcal 蛋白質 22.8 g 食塩 2.7 g	エネルギー 503 kcal 蛋白質 28.6 g 食塩 4.1 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 49 kcal 蛋白質 1.6 g 食塩 0.6 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(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(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 1577 kcal 蛋白質 59.3 g 食塩 9.2 g	エネルギー 1634 kcal 蛋白質 58.0 g 食塩 7.6 g	エネルギー 1545 kcal 蛋白質 50.4 g 食塩 7.9 g	エネルギー 1341 kcal 蛋白質 48.0 g 食塩 7.5 g	エネルギー 1603 kcal 蛋白質 57.8 g 食塩 9.4 g	エネルギー 1473 kcal 蛋白質 51.8 g 食塩 8.3 g	エネルギー 1642 kcal 蛋白質 61.1 g 食塩 10.2 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 : 2025年3月15日(土) ~ 2025年3月21日(金)

	土 15	日 16	月 17	火 18	水 19	木 20	金 21
朝食	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 温野菜サラダ キャベツのソテー	米飯 のり塩ポテト ほうれん草の炒め物	米飯 ピーマンのソテー 大根サラダ	米飯 肉団子のコンソメ煮 玉ねぎのポン酢和え	米飯 キャベツのソテー くり豆	米飯 スクランブルエッグ 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 320 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 さわらの照り焼き 茄子の揚げ浸し 味噌汁(はくさい・えのき)	米飯 鶏肉の唐揚げ 小松菜とたくあんの炒め物 味噌汁(大根・わかめ)	米飯 牛肉のオysterソース炒め 春雨サラダ 味噌汁(しめじ・あげ)	米飯 タラのトマトソースかけ カリフラワーの粒マスタード和え コンソメスープ	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)	コーンライス カルボナーラスパゲティ 小松菜のソテー コンソメスープ	米飯 白身魚の塩麹やき オクラの昆布和え 味噌汁(青菜・椎茸)
	エネルギー 478 kcal 蛋白質 21.6 g 食塩 2.1 g	エネルギー 581 kcal 蛋白質 23.4 g 食塩 1.9 g	エネルギー 585 kcal 蛋白質 23.3 g 食塩 3.9 g	エネルギー 469 kcal 蛋白質 19.2 g 食塩 2.7 g	エネルギー 441 kcal 蛋白質 14.7 g 食塩 2.6 g	エネルギー 705 kcal 蛋白質 13.8 g 食塩 4.8 g	エネルギー 338 kcal 蛋白質 19.6 g 食塩 2.0 g
夕食	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)	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)	米飯 白身魚のチリソースかけ ねぎ焼き きゅうりのザーサイ和え 中華スープ	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)	米飯 鶏肉のカレー照り焼き ポテトサラダ スナックえんどうの炒め物 味噌汁(青菜・あげ)	米飯 豆腐の卵きのこあんかけ もずく和え 野菜コロケ 清し汁(トロロ昆布)	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)
	エネルギー 578 kcal 蛋白質 26.9 g 食塩 3.2 g	エネルギー 432 kcal 蛋白質 15.6 g 食塩 5.0 g	エネルギー 497 kcal 蛋白質 20.7 g 食塩 4.5 g	エネルギー 619 kcal 蛋白質 25.5 g 食塩 3.2 g	エネルギー 694 kcal 蛋白質 28.2 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	ブロッコリーのチーズ和え	茄子の甘辛炒め
	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 64 kcal 蛋白質 4.0 g 食塩 0.5 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 50 kcal 蛋白質 4.9 g 食塩 0.6 g	エネルギー 85 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(クアパ)	腸活ゼリー(マスカット)	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 1442 kcal 蛋白質 58.3 g 食塩 7.5 g	エネルギー 1466 kcal 蛋白質 46.1 g 食塩 8.7 g	エネルギー 1501 kcal 蛋白質 56.1 g 食塩 9.9 g	エネルギー 1583 kcal 蛋白質 55.9 g 食塩 7.8 g	エネルギー 1577 kcal 蛋白質 54.2 g 食塩 7.2 g	エネルギー 1651 kcal 蛋白質 48.8 g 食塩 9.5 g	エネルギー 1478 kcal 蛋白質 60.9 g 食塩 8.2 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 : 2025年3月22日(土) ~ 2025年3月28日(金)

	土 22	日 23	月 24	火 25	水 26	木 27	金 28
朝食	米飯 さつまいもサラダ 竹の子ちりめん	米飯 ウインナーのコンソメ煮 ほうれん草の炒め物	米飯 マカロニサラダ 小松菜のソテー	米飯 キャベツのソテー オニオンサラダ	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 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 はくさいの炒め物 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 360 kcal 蛋白質 6.9 g 食塩 0.7 g	エネルギー 334 kcal 蛋白質 9.1 g 食塩 1.0 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) ブロッコリーの香味和え 中華スープ	米飯 鶏肉の照りマヨ生姜炒め しろなのお浸し 味噌汁(しめじ・あげ)	米飯 マスのムニエル ブロッコリーの胡麻和え オートミール入りミネストローネ	米飯 木の葉とじ 金平ごぼう 味噌汁(えのき・あげ)	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)	キーマカレー 人参しりしり コンソメスープ
エネルギー 510 kcal 蛋白質 20.6 g 食塩 3.6 g		エネルギー 543 kcal 蛋白質 20.7 g 食塩 2.2 g	エネルギー 536 kcal 蛋白質 23.7 g 食塩 3.5 g	エネルギー 485 kcal 蛋白質 18.0 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 海老と卵の炒め物と風あんかけ いんげんの和え物 大豆の煮物 味噌汁(あおさ)	米飯 白身魚の磯辺揚げ スナップえんどうのおかか和え 里芋の煮っころがし 味噌汁(小松菜・玉ねぎ)	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)	米飯 鶏肉のオレンジマーマレード焼き はくさいの炒め物 枝豆と桜えびのポテトサラダ コーンスープ	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)	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)
	エネルギー 550 kcal 蛋白質 26.0 g 食塩 4.3 g	エネルギー 562 kcal 蛋白質 21.9 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 766 kcal 蛋白質 31.8 g 食塩 3.7 g	エネルギー 528 kcal 蛋白質 27.8 g 食塩 4.4 g	エネルギー 459 kcal 蛋白質 21.3 g 食塩 3.1 g	エネルギー 503 kcal 蛋白質 17.1 g 食塩 4.7 g
	単品小	じゃがいものソテー	和風スパゲティ	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
エネルギー 65 kcal 蛋白質 1.6 g 食塩 0.4 g		エネルギー 77 kcal 蛋白質 2.1 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 0.8 g 食塩 0.8 g
単品デ	腸活ゼリー(マンゴー)	腸活ゼリー(ソルティライチ)	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(ソルティライチ)	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 38 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 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 1542 kcal 蛋白質 53.0 g 食塩 8.9 g	エネルギー 1536 kcal 蛋白質 53.2 g 食塩 6.0 g	エネルギー 1554 kcal 蛋白質 58.5 g 食塩 9.7 g	エネルギー 1661 kcal 蛋白質 60.9 g 食塩 8.3 g	エネルギー 1369 kcal 蛋白質 52.1 g 食塩 8.9 g	エネルギー 1587 kcal 蛋白質 54.9 g 食塩 10.2 g	エネルギー 1434 kcal 蛋白質 44.0 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/禁止食)

年月日 : 2025年3月29日(土) ~ 2025年4月4日(金)

	土 29	日 30	月 31	火 1	水 2	木 3	金 4
朝食	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 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 角煮と野菜の炊き合わせ 菜の花のお浸し 清し汁(トロロ昆布)	かに玉丼 春雨サラダ 中華スープ	わかめご飯 にゅうめん チンゲン菜の胡麻和え デザート(パイン缶)				
	エネルギー 500 kcal 蛋白質 18.1 g 食塩 3.2 g	エネルギー 481 kcal 蛋白質 12.7 g 食塩 3.2 g	エネルギー 505 kcal 蛋白質 12.9 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 赤魚の幽庵焼き 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 423 kcal 蛋白質 21.0 g 食塩 3.3 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(クアバ)	腸活ゼリー(マスカット)	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 1556 kcal 蛋白質 46.3 g 食塩 7.9 g	エネルギー 1370 kcal 蛋白質 45.3 g 食塩 8.4 g	エネルギー 1619 kcal 蛋白質 57.8 g 食塩 10.8 g				