

月間献立予定表（食材）

デリケア備菜工場

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 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(そうめん)	米飯 豚肉の炒め物 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
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
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 長芋のしば漬け和え 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
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 ホキの味噌漬け焼き 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
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 水きょうさ 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
3/6 (木)	米飯 フ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
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 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)	人参しりしり
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 フ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
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
3/10 (月)	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(わかめ・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
3/11 (火)	米飯 スナッフえんどうのソテー 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
3/12 (水)	米飯 スクランブルエッグ ピーマンの炒め物	米飯 ◆0-ルキャパのグリルチキ-(-8が1個入) 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
3/13 (木)	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 スナッフ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
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
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

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
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
3/17 (月)	米飯 のり塩ポテト ほうれん草の炒め物	米飯 牛肉のオスターソース炒め 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
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
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
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 野菜コロッケ 清し汁(トコロ昆布)	ブロッコリーのチーズ和え
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 白身魚の塩麹焼き 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
3/22 (土)	米飯 さつまいもサラダ 竹の子ちりめん	ビビンバ丼(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)	じゃがいものソテー
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
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 オード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
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
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
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
3/28 (金)	米飯 はくさいの炒め物 ブロッコリーのオスターソース 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
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
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
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(ハイン缶)	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	里芋の生姜あんかけ

〈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	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	ベーコンエッグ	ピーマンのソテー	ハムエッグ	チキンボールのコンソメ煮	ほうれん草の炒め物	ブロッコリーのソテー	かぼちゃサラダ
	ブロッコリーのクリーム煮	さつまいもサラダ	しろなのソテー	きゅうりのドレッシング和え	オニオンサラダ	くり豆	じゃこピーマン
	1人分 [※] - 399 kcal 蛋白質 15.3 g	1人分 [※] - 433 kcal 蛋白質 6.3 g	1人分 [※] - 385 kcal 蛋白質 13.9 g	1人分 [※] - 334 kcal 蛋白質 9.6 g	1人分 [※] - 329 kcal 蛋白質 8.4 g	1人分 [※] - 364 kcal 蛋白質 9.1 g	1人分 [※] - 400 kcal 蛋白質 7.2 g
	食塩 1.2 g	食塩 0.7 g	食塩 0.8 g	食塩 1.4 g	食塩 1.1 g	食塩 0.5 g	食塩 0.8 g
昼食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	カレーの西京焼き	タンメン	鶏肉と野菜の炒め煮	ホキの味噌漬け焼き	海老フライ	豚肉と野菜の炊き合わせ	◆味噌煮込みうどん(鶏)
	きゅうりのゆかり和え	いんげんの和え物	長芋のしば漬け和え	小松菜のお浸し	ナポリタン	いんげんの胡麻和え	ほうれん草のからし和え
	清し汁(そうめん)	デザート(黄桃缶)	味噌汁(玉ねぎ・えのき)	味噌汁(あおさ)	コンソメスープ	味噌汁(キャベツ・玉ねぎ)	デザート(いちごアイス)
	1人分 [※] - 400 kcal 蛋白質 23.1 g	1人分 [※] - 516 kcal 蛋白質 17.6 g	1人分 [※] - 501 kcal 蛋白質 19.7 g	1人分 [※] - 393 kcal 蛋白質 18.2 g	1人分 [※] - 602 kcal 蛋白質 13.3 g	1人分 [※] - 426 kcal 蛋白質 19.5 g	1人分 [※] - 561 kcal 蛋白質 20.9 g
食塩 3.1 g	食塩 4.0 g	食塩 2.2 g	食塩 2.9 g	食塩 2.4 g	食塩 2.9 g	食塩 4.1 g	
夕食	米飯	米飯	あさりの散らし寿司	米飯	炊き込み炒飯	米飯	米飯
	豚肉の炒め物	白身魚の揚げ浸し	菜の花のからし和え	他人とじ(牛)	水ぎょうざ	メバルの照り焼き	白身魚のカレーフリッター
	ほうれん草のお浸し	チンゲン菜のピーナツ和え	炊き合わせ	オクラの和え物	もやし中華和え	しろなの磯辺和え	がんもの煮物
	かぼちゃの煮物	卵の花	粕汁	ねぎ焼き	きゅうりのザーサイ和え	さつまいもの煮物	チンゲン菜のお浸し
	味噌汁(青菜・あげ)	味噌汁(椎茸・わかめ)		味噌汁(はくさい・しめじ)		清し汁(トロロ昆布)	味噌汁(キャベツ・えのき)
1人分 [※] - 568 kcal 蛋白質 26.2 g	1人分 [※] - 555 kcal 蛋白質 21.4 g	1人分 [※] - 519 kcal 蛋白質 22.5 g	1人分 [※] - 587 kcal 蛋白質 27.8 g	1人分 [※] - 533 kcal 蛋白質 21.0 g	1人分 [※] - 478 kcal 蛋白質 21.1 g	1人分 [※] - 553 kcal 蛋白質 22.1 g	
食塩 3.2 g	食塩 2.9 g	食塩 5.1 g	食塩 4.4 g	食塩 4.8 g	食塩 2.8 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
	1人分 [※] - 50 kcal 蛋白質 1.4 g	1人分 [※] - 57 kcal 蛋白質 2.3 g	1人分 [※] - 81 kcal 蛋白質 1.7 g	1人分 [※] - 77 kcal 蛋白質 2.7 g	1人分 [※] - 52 kcal 蛋白質 2.0 g	1人分 [※] - 70 kcal 蛋白質 1.0 g	1人分 [※] - 55 kcal 蛋白質 2.2 g
	食塩 0.4 g	食塩 0.3 g	食塩 0.6 g	食塩 0.4 g	食塩 0.8 g	食塩 0.4 g	食塩 0.3 g
1人分 [※] - 1417 kcal 蛋白質 66.0 g	1人分 [※] - 1561 kcal 蛋白質 47.6 g	1人分 [※] - 1486 kcal 蛋白質 57.8 g	1人分 [※] - 1391 kcal 蛋白質 58.3 g	1人分 [※] - 1516 kcal 蛋白質 44.7 g	1人分 [※] - 1338 kcal 蛋白質 50.7 g	1人分 [※] - 1569 kcal 蛋白質 52.4 g	
食塩 7.9 g	食塩 7.9 g	食塩 8.7 g	食塩 9.1 g	食塩 9.1 g	食塩 6.6 g	食塩 7.3 g	

〈献立表〉

現場 : デリケア(株)茨木工場

献立種類 : 食材(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	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	エネルギー 359 kcal 蛋白質 8.3 g	エネルギー 306 kcal 蛋白質 8.2 g	エネルギー 307 kcal 蛋白質 6.6 g	エネルギー 393 kcal 蛋白質 13.6 g	エネルギー 346 kcal 蛋白質 8.5 g	エネルギー 373 kcal 蛋白質 10.7 g
	食塩 0.5 g	食塩 1.1 g	食塩 1.3 g	食塩 0.5 g	食塩 0.8 g	食塩 1.1 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	◆ロールキャベツのクリームシチュー(0-8才用)	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(パイ缶)
	生姜スープ	味噌汁(なめこ・大根)	味噌汁(わかめ・あげ)	味噌汁(里芋・椎茸)	豆腐のナゲット	中華スープ	
	エネルギー 591 kcal 蛋白質 21.1 g	エネルギー 458 kcal 蛋白質 21.0 g	エネルギー 513 kcal 蛋白質 16.0 g	エネルギー 451 kcal 蛋白質 19.5 g	エネルギー 627 kcal 蛋白質 17.5 g	エネルギー 438 kcal 蛋白質 17.5 g	エネルギー 644 kcal 蛋白質 19.0 g
食塩 4.3 g	食塩 2.7 g	食塩 2.6 g	食塩 3.1 g	食塩 3.9 g	食塩 3.7 g	食塩 4.2 g	
夕食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	豚肉の山椒炒め	鶏肉の天ぷら味噌だれ	ポークチャップ	さばの塩焼き	カレーの焼き南蛮漬け	豚肉の生姜炒め	メバルの煮つけ
	ブロッコリーのおかか和え	菜の花のからし和え	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
	大豆の煮物	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
	味噌汁(椎茸・わかめ)	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 557 kcal 蛋白質 30.6 g	エネルギー 716 kcal 蛋白質 27.1 g	エネルギー 584 kcal 蛋白質 24.1 g	エネルギー 473 kcal 蛋白質 21.4 g	エネルギー 505 kcal 蛋白質 24.8 g	エネルギー 590 kcal 蛋白質 22.8 g	エネルギー 502 kcal 蛋白質 28.5 g	
食塩 3.7 g	食塩 3.0 g	食塩 3.4 g	食塩 2.7 g	食塩 3.4 g	食塩 2.7 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	エネルギー 49 kcal 蛋白質 1.6 g	エネルギー 26 kcal 蛋白質 0.8 g	エネルギー 70 kcal 蛋白質 0.8 g	エネルギー 27 kcal 蛋白質 1.9 g	エネルギー 48 kcal 蛋白質 3.0 g	エネルギー 71 kcal 蛋白質 2.8 g
	食塩 0.4 g	食塩 0.6 g	食塩 0.3 g	食塩 0.4 g	食塩 0.9 g	食塩 0.7 g	食塩 0.5 g
エネルギー 1526 kcal 蛋白質 59.2 g	エネルギー 1582 kcal 蛋白質 58.0 g	エネルギー 1429 kcal 蛋白質 49.1 g	エネルギー 1301 kcal 蛋白質 48.3 g	エネルギー 1552 kcal 蛋白質 57.8 g	エネルギー 1422 kcal 蛋白質 51.8 g	エネルギー 1590 kcal 蛋白質 61.0 g	
食塩 8.9 g	食塩 7.4 g	食塩 7.6 g	食塩 6.7 g	食塩 9.0 g	食塩 8.2 g	食塩 9.9 g	

〈献立表〉

現場 : デリケア(株)茨木工場

献立種類 : 食材(通常/A/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	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	キャベツのソテー	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	玉ねぎのポン酢和え	くり豆	カリフラワーの炒め物
	1人分 [※] - 320 kcal 蛋白質 8.6 g	1人分 [※] - 364 kcal 蛋白質 6.5 g	1人分 [※] - 317 kcal 蛋白質 8.1 g	1人分 [※] - 329 kcal 蛋白質 7.5 g	1人分 [※] - 323 kcal 蛋白質 9.3 g	1人分 [※] - 320 kcal 蛋白質 8.2 g	1人分 [※] - 401 kcal 蛋白質 15.5 g
	食塩 1.3 g	食塩 0.9 g	食塩 0.7 g	食塩 1.1 g	食塩 1.3 g	食塩 0.4 g	食塩 0.9 g
昼食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	コーンライス	米飯
	さわらの照り焼き	鶏肉の唐揚げ	牛肉のオイスターソース炒め	タラのトマトソースかけ	肉巻きフライ	カルボナーラスパゲティ	白身魚の塩麹焼き
	茄子の揚げ浸し	小松菜とたくあんの炒め物	春雨サラダ	カリフラワーの粒マスタード和え	はくさいの浅漬け	小松菜のソテー	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)	味噌汁(しめじ・あげ)	コンソメスープ	味噌汁(玉ねぎ・わかめ)	コンソメスープ	味噌汁(青菜・椎茸)
	1人分 [※] - 500 kcal 蛋白質 21.6 g	1人分 [※] - 581 kcal 蛋白質 23.4 g	1人分 [※] - 585 kcal 蛋白質 23.3 g	1人分 [※] - 469 kcal 蛋白質 19.2 g	1人分 [※] - 441 kcal 蛋白質 14.7 g	1人分 [※] - 705 kcal 蛋白質 13.8 g	1人分 [※] - 338 kcal 蛋白質 19.6 g
食塩 2.2 g	食塩 2.0 g	食塩 3.9 g	食塩 2.7 g	食塩 2.6 g	食塩 4.8 g	食塩 2.0 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	ポテトサラダ	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)	きゅうりのザーサイ和え	ひじきの煮物	スナックえんどうの炒め物	野菜コロッケ	かぼちやの煮物
	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)
1人分 [※] - 578 kcal 蛋白質 26.9 g	1人分 [※] - 432 kcal 蛋白質 15.6 g	1人分 [※] - 498 kcal 蛋白質 20.7 g	1人分 [※] - 578 kcal 蛋白質 24.2 g	1人分 [※] - 686 kcal 蛋白質 28.3 g	1人分 [※] - 526 kcal 蛋白質 21.9 g	1人分 [※] - 602 kcal 蛋白質 23.2 g	
食塩 3.2 g	食塩 5.0 g	食塩 4.5 g	食塩 3.2 g	食塩 2.4 g	食塩 3.4 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
	1人分 [※] - 15 kcal 蛋白質 1.2 g	1人分 [※] - 39 kcal 蛋白質 0.6 g	1人分 [※] - 64 kcal 蛋白質 4.0 g	1人分 [※] - 111 kcal 蛋白質 3.6 g	1人分 [※] - 68 kcal 蛋白質 2.0 g	1人分 [※] - 50 kcal 蛋白質 4.9 g	1人分 [※] - 62 kcal 蛋白質 2.5 g
	食塩 0.6 g	食塩 0.6 g	食塩 0.5 g	食塩 0.5 g	食塩 0.7 g	食塩 0.6 g	食塩 0.4 g
1人分 [※] - 1413 kcal 蛋白質 58.3 g	1人分 [※] - 1416 kcal 蛋白質 46.1 g	1人分 [※] - 1464 kcal 蛋白質 56.1 g	1人分 [※] - 1487 kcal 蛋白質 54.5 g	1人分 [※] - 1518 kcal 蛋白質 54.3 g	1人分 [※] - 1601 kcal 蛋白質 48.8 g	1人分 [※] - 1403 kcal 蛋白質 60.8 g	
食塩 7.3 g	食塩 8.5 g	食塩 9.6 g	食塩 7.5 g	食塩 7.0 g	食塩 9.2 g	食塩 7.9 g	

献立表

現場：デリケア(株)茨木工場

献立種類：食材(通常/A/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	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	キャベツのソテー	チキンボールのコンソメ煮	スナックえんどうのソテー	はくさいの炒め物
	竹の子ちりめん	ほうれん草の炒め物	小松菜のソテー	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
	1食分 - 368 kcal 蛋白質 4.8 g	1食分 - 316 kcal 蛋白質 8.5 g	1食分 - 360 kcal 蛋白質 6.9 g	1食分 - 334 kcal 蛋白質 9.1 g	1食分 - 329 kcal 蛋白質 9.5 g	1食分 - 353 kcal 蛋白質 8.9 g	1食分 - 348 kcal 蛋白質 7.8 g
	食塩 0.3 g	食塩 1.0 g	食塩 0.7 g	食塩 1.0 g	食塩 1.5 g	食塩 1.1 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	マスのムニエル	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
		味噌汁(しめじ・あげ)	オートミール入りミネストローネ	味噌汁(えのき・あげ)	味噌汁(青菜・玉ねぎ)		味噌汁(しめじ・わかめ)
	1食分 - 507 kcal 蛋白質 20.4 g	1食分 - 543 kcal 蛋白質 20.7 g	1食分 - 536 kcal 蛋白質 23.7 g	1食分 - 486 kcal 蛋白質 18.0 g	1食分 - 410 kcal 蛋白質 11.7 g	1食分 - 666 kcal 蛋白質 24.0 g	1食分 - 510 kcal 蛋白質 18.2 g
	食塩 3.6 g	食塩 2.3 g	食塩 3.5 g	食塩 2.4 g	食塩 2.0 g	食塩 5.0 g	食塩 2.7 g
夕食	米飯	米飯	米飯	米飯	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	鶏肉のオレンジマーマレード焼き	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
	いんげんの和え物	スナックえんどうのおかか和え	チンゲン菜のナムル	はくさいの炒め物	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	枝豆と桜えびのポテトサラダ	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)	コーンスープ	清し汁(そうめん)	味噌汁(しろな・人参)	
1食分 - 550 kcal 蛋白質 26.0 g	1食分 - 562 kcal 蛋白質 21.9 g	1食分 - 541 kcal 蛋白質 25.0 g	1食分 - 717 kcal 蛋白質 28.6 g	1食分 - 533 kcal 蛋白質 28.3 g	1食分 - 459 kcal 蛋白質 21.3 g	1食分 - 502 kcal 蛋白質 17.1 g	
	食塩 4.3 g	食塩 2.1 g	食塩 4.6 g	食塩 3.7 g	食塩 4.3 g	食塩 3.1 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	チンゲン菜のおかか和え
	1食分 - 65 kcal 蛋白質 1.6 g	1食分 - 77 kcal 蛋白質 2.1 g	1食分 - 66 kcal 蛋白質 2.9 g	1食分 - 24 kcal 蛋白質 2.0 g	1食分 - 52 kcal 蛋白質 3.1 g	1食分 - 83 kcal 蛋白質 0.9 g	1食分 - 17 kcal 蛋白質 0.8 g
	食塩 0.4 g	食塩 0.4 g	食塩 0.6 g	食塩 0.9 g	食塩 0.7 g	食塩 0.8 g	食塩 0.8 g
1食分 - 1490 kcal 蛋白質 52.8 g	1食分 - 1498 kcal 蛋白質 53.2 g	1食分 - 1503 kcal 蛋白質 58.5 g	1食分 - 1561 kcal 蛋白質 57.7 g	1食分 - 1324 kcal 蛋白質 52.6 g	1食分 - 1561 kcal 蛋白質 55.1 g	1食分 - 1377 kcal 蛋白質 43.9 g	
	食塩 8.6 g	食塩 5.8 g	食塩 9.4 g	食塩 8.0 g	食塩 8.5 g	食塩 10.0 g	食塩 9.0 g

〈献立表〉

現場 : デリケア(株)茨木工場

献立種類 : 食材(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	米飯	米飯					
	玉ねぎのポン酢和え	肉団子のコンソメ煮	ベーコンエッグ					
	ピーマンのソテー	しろなの炒め物	温野菜サラダ					
	エネルギー - 297 kcal 蛋白質 8.0 g	エネルギー - 361 kcal 蛋白質 9.8 g	エネルギー - 390 kcal 蛋白質 13.3 g					
	食塩 1.2 g	食塩 1.1 g	食塩 0.9 g					
昼食	米飯	かに玉丼	わかめご飯					
	角煮と野菜の炊き合わせ	春雨サラダ	にゅうめん					
	菜の花のお浸し	中華スープ	チンゲン菜の胡麻和え					
	清し汁(トロロ昆布)		デザート(パイン缶)					
	エネルギー - 486 kcal 蛋白質 18.1 g	エネルギー - 481 kcal 蛋白質 12.7 g	エネルギー - 483 kcal 蛋白質 12.8 g					
	食塩 3.2 g	食塩 3.2 g	食塩 4.1 g					
夕食	米飯	米飯	米飯					
	白身魚フライ	赤魚の幽庵焼き	鶏肉のハニーマスタード焼き					
	カリフラワーのチーズ和え	はくさいの浅漬け	ブロッコリーとツナの和え物					
	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					
	味噌汁(椎茸・あげ)	味噌汁(わかめ・あげ)	コンソメスープ					
	エネルギー - 634 kcal 蛋白質 18.5 g	エネルギー - 424 kcal 蛋白質 20.9 g	エネルギー - 600 kcal 蛋白質 29.8 g					
	食塩 2.7 g	食塩 3.4 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	エネルギー - 53 kcal 蛋白質 1.8 g	エネルギー - 68 kcal 蛋白質 1.8 g					
	食塩 0.5 g	食塩 0.5 g	食塩 0.8 g					
	エネルギー - 1491 kcal 蛋白質 46.3 g	エネルギー - 1319 kcal 蛋白質 45.2 g	エネルギー - 1541 kcal 蛋白質 57.7 g					
	食塩 7.6 g	食塩 8.2 g	食塩 9.4 g					