

# 月間献立予定表（惣菜）

デリケア㈱茨木工場

日付	朝食	昼食	夕食	小鉢 デザート
4/1 (火)	米飯 きのこソテー マカロニサラダ	米飯 カレイの照り焼き 菜の花の煮浸し 味噌汁(あおさ)	米飯 とんかつ きゅうりとかに棒の酢の物 じゃがいもの醤油炒め 味噌汁(椎茸・青菜)	なめこのおろし和え 腸活ゼリー(マンゴー)
4/2 (水)	米飯 茄子のミートソース煮 カリフラワーのドレッシング和え	米飯 豚肉と野菜の炊き合わせ れんこん金平 味噌汁(里芋・あげ)	◆マスのちゃんちゃん焼き 小松菜とたくあん炒め物 デザート(甘夏みかん缶) 清し汁(そうめん)	はくさいのゆかり和え 腸活ゼリー(抹茶)
4/3 (木)	米飯 チンゲン菜のソテー くり豆	米飯 海鮮八宝菜 ブロッコリーの香味和え わかめスープ	米飯 鶏肉の唐揚げ オクラの昆布和え 人参しりしり 味噌汁(青菜・玉ねぎ)	じゃこピーマン 腸活ゼリー(巨峰)
4/4 (金)	米飯 オニオンサラダ スナップえんどうのソテー	米飯 豚肉の山椒炒め しろなのおかか和え 味噌汁(しめじ・あげ)	米飯 白身魚の塩焼き もずく和え 揚げない大学いも 味噌汁(はくさい・椎茸)	あさりの時雨煮 腸活ゼリー(和みず)
4/5 (土)	米飯 スクランブルエッグ いんげんのソテー	米飯 ぶりの煮つけ いとこ煮 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 卵の花 味噌汁(あおさ)	オクラのかき醤油和え 腸活ゼリー(川アヒイ)
4/6 (日)	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 焼き餃子 中華スープ	米飯 鶏肉の胡麻味噌焼き 大根の浅漬け 白ネギときこの炒め物 清し汁(豆腐)	ほうれん草の中華和え 腸活ゼリー(ピーチ)
4/7 (月)	米飯 小松菜のソテー オニオンサラダ	米飯 おでん ねぎ焼き 味噌汁(玉ねぎ・あげ)	米飯 さわらの照り焼き チンゲン菜の磯辺和え 蒸ししゅうまい 味噌汁(キャベツ・わかめ)	高野豆腐の煮物 腸活ゼリー(抹茶)
4/8 (火)	米飯 かぼちゃサラダ ウィ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 鶏団子の煮物 清し汁(しめじ・青菜)	大豆桜えび 腸活ゼリー(ワッパ)
4/9 (水)	米飯 スクランブルエッグ 小松菜の炒め物	米飯 ハイカラそば 炒り豆腐 デザート(黄桃缶)	米飯 マグロの天ぷら もずく和え 長芋の甘辛炒め 味噌汁(玉ねぎ・人参)	もやしのナムル 腸活ゼリー(マスカット)
4/10 (木)	米飯 のり塩ポテト 竹の子ちりめん	米飯 ホキの味噌漬け焼き はくさいのゆかり和え 清し汁(トロロ昆布)	米飯 他人とじ(豚) 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 腸活ゼリー(紅茶)
4/11 (金)	米飯 ブロッコリーの炒め物 くり豆	牛丼 ◆切干大根サラダ 味噌汁(じゃがいも・えのき)	米飯 かぼちゃコロッケ 小松菜のピーナツ和え 金平ごぼう 味噌汁(椎茸・わかめ)	菜の花の煮浸し 腸活ゼリー(マンゴー)
4/12 (土)	米飯 卵とじ カリフラワーのソテー	ボークカレーライス しろなのおかか和え 茄子のマリネ	米飯 さばの塩焼き 春雨のドレッシング和え 煮奴 味噌汁(はくさい・玉ねぎ)	人参しりしり 腸活ゼリー(青りんご)
4/13 (日)	米飯 マカロニサラダ ピーマンの炒め物	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 あじのなめろうフライ いんげんの中華和え ◆大豆のトマト煮 味噌汁(えのき・あげ)	大根のかに棒あんかけ 腸活ゼリー(巨峰)
4/14 (月)	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 キャベツのソテー デザート(パイン缶)	米飯 豚バラと白菜の生姜あん 小松菜のお浸し さつまいもの煮物 味噌汁(あおさ)	ブロッコリーの胡麻和え 腸活ゼリー(ピーチ)
4/15 (火)	米飯 ハムエッグ カリフラワーの炒め物	米飯 タラのムニエル チーズサラダ コンソメスープ	竹の子ご飯 筑前煮(鶏) チンゲン菜のおかか和え 味噌汁(はくさい・しめじ)	じゃがいもの醤油炒め 腸活ゼリー(和みず)

# 月間献立予定表（惣菜）

デリケア㈱茨木工場

日付	朝食	昼食	夕食	小鉢 デザート
4/16 (水)	米飯 かぼちの炒め煮 くり豆	米飯 豚肉の照りマヨ生姜炒め 大根とツナの梅肉和え 味噌汁(青菜・えのき)	米飯 カレーの西京焼き いんげんの和え物 里芋の煮っころかし 清し汁(そうめん)	肉まん  腸活ゼリー(別添イイ)
4/17 (木)	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 コンソメスープ	米飯 豆腐ハンバーグ もずく和え れんこんの炒め物 味噌汁(ほうれん草・玉ねぎ)	野菜コロッケ  腸活ゼリー(抹茶)
4/18 (金)	米飯 小松菜のソテー 厚焼き卵	米飯 いかとキャベツのオムライス炒め煮 いんげんの和え物 味噌汁(あおさ)	米飯 鶏とポテトのケチャップ和え チンゲン菜の胡麻和え きのこと金平 味噌汁(大根・青菜)	揚げない大学いも  腸活ゼリー(グアハ)
4/19 (土)	米飯 かぼちゃサラダ ほうれん草のソテー	米飯 きつねうどん 長手とちくわの炒め物 デザート(黄桃缶)	米飯 角煮と野菜の炊き合わせ スナッフえんどうの香味和え ひじきの煮物 清し汁(椎茸・菜の花)	きゅうりの昆布和え  腸活ゼリー(マスカット)
4/20 (日)	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(わかめ・あげ)	米飯 白身魚の香り揚げ はくさいの浅漬け かぼちのそぼろ煮 味噌汁(小松菜・玉ねぎ)	蒸ししゅうまい  腸活ゼリー(紅茶)
4/21 (月)	米飯 温野菜サラダ きのこソテー	米飯 あじの焼き南蛮漬け しろなのお浸し 味噌汁(青菜・あげ)	米飯 豚肉のカレー炒め オクラの和え物 卵の花 味噌汁(椎茸・わかめ)	れんこん金平  腸活ゼリー(マンゴー)
4/22 (火)	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 さばの味噌煮 フロッコリーのおかか和え ピーマンの炒め物 清し汁(そうめん)	いとこ煮  腸活ゼリー(青りんご)
4/23 (水)	米飯 大根サラダ スナッフえんどうの炒め物	米飯 ビーフカツ 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)	たらこスパゲティ  腸活ゼリー(巨峰)
4/24 (木)	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  腸活ゼリー(ピーチ)
4/25 (金)	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 ピーマンとひじきのソテー 味噌汁(大根・えのき)	春の散らし寿司 フロッコリーの胡麻和え 炒り豆腐 清し汁(はくさい・椎茸)	もずく和え  腸活ゼリー(和みツ)
4/26 (土)	米飯 カリフラワーのマヨネーズ和え ほうれん草のソテー	米飯 海老チリ チョレギサラダ ワンタンスープ	米飯 肉豆腐(豚) スナッフえんどうの梅肉和え じゃがいものソテー 味噌汁(あおさ)	かぼちの煮物  腸活ゼリー(別添イイ)
4/27 (日)	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 ひじきの煮物 長芋のしほ漬和え 清し汁(そうめん)	しろなの磯辺和え  腸活ゼリー(抹茶)
4/28 (月)	米飯 さつまいもサラダ 竹の子ちりめん	米飯 豚バラ大根 金平ごぼう 味噌汁(えのき・わかめ)	米飯 メバルの幽庵焼き 大豆糍えび 小松菜のお浸し 味噌汁(青菜・あげ)	スナッフえんどうの中華和え  腸活ゼリー(グアハ)
4/29 (火)	米飯 マカロニソテー 大根サラダ	米飯 白身魚の揚げ浸し チンゲン菜のかき醤油和え 味噌汁(玉ねぎ・人参)	米飯 豆腐チャンフルー(豚) 大根の煮物 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  腸活ゼリー(マスカット)
4/30 (水)	米飯 いんげんの炒め物 くり豆	米飯 ポトフ オクラの和え物 ほうれん草のソテー	米飯 鶏肉のオレンジマーレード焼き パプリカのマリネ カリフラワーのソテー オードル入りミネストローネ	高野豆腐の煮物  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)  
 年月日 : 2025年4月1日(火) ~ 2025年4月7日(月)

	火 1	水 2	木 3	金 4	土 5	日 6	月 7	
朝食	米飯 きのこソテー マカロニサラダ	米飯 茄子のミートソース煮 カリフラワーのドレッシング和え	米飯 チンゲン菜のソテー くり豆	米飯 オニオンサラダ スナップえんどうのソテー	米飯 スクランブルエッグ いんげんのソテー	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	
	エネルギー - 385 kcal 蛋白質 7.3 g 食塩 0.7 g	エネルギー - 326 kcal 蛋白質 8.6 g 食塩 1.0 g	エネルギー - 338 kcal 蛋白質 7.3 g 食塩 0.4 g	エネルギー - 328 kcal 蛋白質 7.0 g 食塩 0.9 g	エネルギー - 410 kcal 蛋白質 13.5 g 食塩 0.9 g	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	
	昼食	米飯 カレイの照り焼き 菜の花の煮浸し 味噌汁(あおさ)	米飯 豚肉と野菜の炊き合わせ れんこん金平 味噌汁(里芋・あげ)	米飯 海鮮八宝菜 ブロッコリーの香味和え わかめスープ	米飯 豚肉の山椒炒め しろなの和え物 味噌汁(しめじ・あげ)	米飯 ぶりの煮つけ いとこ煮 味噌汁(青菜・あげ)	米飯 海老と卵の炒め物と風あなかけ 焼き餃子 中華スープ	米飯 おでん ねぎ焼き 味噌汁(玉ねぎ・あげ)
		エネルギー - 420 kcal 蛋白質 23.3 g 食塩 2.7 g	エネルギー - 469 kcal 蛋白質 18.9 g 食塩 2.4 g	エネルギー - 401 kcal 蛋白質 19.6 g 食塩 4.1 g	エネルギー - 494 kcal 蛋白質 23.3 g 食塩 3.2 g	エネルギー - 554 kcal 蛋白質 24.6 g 食塩 3.5 g	エネルギー - 517 kcal 蛋白質 21.9 g 食塩 3.1 g	エネルギー - 460 kcal 蛋白質 19.6 g 食塩 3.7 g
夕食	米飯 とんかつ きゅうりとかに棒の酢の物 じゃがいもの醤油炒め 味噌汁(椎茸・青菜)	米飯 ◆マスのちゃんちゃん焼き 小松菜とたくあんの炒め物 デザート(甘夏みかん缶) 清し汁(そうめん)	米飯 鶏肉の唐揚げ オクラの昆布和え 人参しりしり 味噌汁(青菜・玉ねぎ)	米飯 白身魚の塩焼き もずく和え 揚げない大学いも 味噌汁(はくさい・椎茸)	米飯 ピーマン肉詰めフライ 小松菜のお浸し 卵の花 味噌汁(あおさ)	米飯 鶏肉の胡麻味噌焼き 大根の浅漬け 白ネギときのこの炒め物 清し汁(豆腐)	米飯 さわらの照り焼き チンゲン菜の磯辺和え 蒸ししゅうまい 味噌汁(キャベツ・わかめ)	
	エネルギー - 578 kcal 蛋白質 16.8 g 食塩 3.1 g	エネルギー - 508 kcal 蛋白質 22.0 g 食塩 3.0 g	エネルギー - 628 kcal 蛋白質 26.3 g 食塩 2.0 g	エネルギー - 434 kcal 蛋白質 20.5 g 食塩 2.1 g	エネルギー - 527 kcal 蛋白質 13.9 g 食塩 3.1 g	エネルギー - 559 kcal 蛋白質 26.4 g 食塩 3.1 g	エネルギー - 527 kcal 蛋白質 22.9 g 食塩 2.9 g	
	単品小	なめこのおろし和え	はくさいのゆかり和え	じゃこピーマン	あさりの時雨煮	オクラのかき醤油和え	ほうれん草の中華和え	高野豆腐の煮物
		エネルギー - 13 kcal 蛋白質 0.8 g 食塩 0.3 g	エネルギー - 10 kcal 蛋白質 0.6 g 食塩 0.3 g	エネルギー - 47 kcal 蛋白質 2.0 g 食塩 0.5 g	エネルギー - 40 kcal 蛋白質 3.7 g 食塩 0.5 g	エネルギー - 28 kcal 蛋白質 1.3 g 食塩 0.6 g	エネルギー - 29 kcal 蛋白質 2.1 g 食塩 0.7 g	エネルギー - 48 kcal 蛋白質 3.0 g 食塩 0.7 g
単品デ	腸活ゼリー(マンゴー)	腸活ゼリー(抹茶)	腸活ゼリー(巨峰)	腸活ゼリー(オレンジ)	腸活ゼリー(ブルーベリー)	腸活ゼリー(ピーチ)	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 - 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 - 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 - 51 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 - 1445 kcal 蛋白質 48.2 g 食塩 7.1 g	エネルギー - 1473 kcal 蛋白質 52.5 g 食塩 7.0 g	エネルギー - 1465 kcal 蛋白質 55.2 g 食塩 7.3 g	エネルギー - 1346 kcal 蛋白質 54.5 g 食塩 7.0 g	エネルギー - 1557 kcal 蛋白質 53.3 g 食塩 8.4 g	エネルギー - 1523 kcal 蛋白質 59.9 g 食塩 8.1 g	エネルギー - 1446 kcal 蛋白質 53.9 g 食塩 8.7 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 : 2025年4月8日(火) ~ 2025年4月14日(月)

	火 8	水 9	木 10	金 11	土 12	日 13	月 14
朝食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	かぼちゃサラダ	スクランブルエッグ	のり塩ポテト	ブロッコリーの炒め物	卵とじ	マカロニサラダ	チキンボールのコンソメ煮
	ウインナーのコンソメ煮	小松菜の炒め物	竹の子ちりめん	くり豆	カリフラワーのソテー	ピーマンの炒め物	スナッブえんどうの炒め物
	エネルギー 403 kcal 蛋白質 7.6 g 食塩 0.8 g	エネルギー 383 kcal 蛋白質 13.4 g 食塩 0.8 g	エネルギー 262 kcal 蛋白質 4.9 g 食塩 0.2 g	エネルギー 365 kcal 蛋白質 9.3 g 食塩 0.7 g	エネルギー 401 kcal 蛋白質 15.8 g 食塩 1.1 g	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
昼食	米飯	米飯	米飯	牛丼	ポークカレーライス	米飯	米飯
	ガリバタチキン	ハイカラそば	ホキの味噌漬け焼き	◆切干大根サラダ	しろなおかか和え	鶏肉と野菜の炒め煮	醤油ラーメン
	きゅうりの昆布和え	炒り豆腐	はくさいのゆかり和え	味噌汁(じゃがいも・えのき)	茄子のマリネ	ほうれん草の磯辺和え	キャベツのソテー
	味噌汁(なめこ・大根)	デザート(黄桃缶)	清し汁(トロロ昆布)			味噌汁(里芋・わかめ)	デザート(パイン缶)
エネルギー 503 kcal 蛋白質 19.2 g 食塩 2.8 g	エネルギー 558 kcal 蛋白質 19.1 g 食塩 3.9 g	エネルギー 373 kcal 蛋白質 18.1 g 食塩 2.8 g	エネルギー 581 kcal 蛋白質 20.2 g 食塩 2.9 g	エネルギー 575 kcal 蛋白質 17.8 g 食塩 5.0 g	エネルギー 495 kcal 蛋白質 20.5 g 食塩 3.0 g	エネルギー 571 kcal 蛋白質 17.4 g 食塩 6.5 g	
夕食	揚げとひじきの散らし寿司	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	ほうれん草の柚子和え	マグロの天ぷら	他人とじ(豚)	かぼちゃコロッケ	さばの塩焼き	あじのなめろうフライ	豚バラと白菜の生姜あん
	鶏団子の煮物	もずく和え	いんげんのからし和え	小松菜のピーナツ和え	春雨のドレッシング和え	いんげんの中華和え	小松菜のお浸し
	清し汁(しめじ・青菜)	長芋の甘辛炒め	れんこんの炒め煮	金平ごぼう	煮奴	◆大豆のトマト煮	さつまいもの煮物
味噌汁(玉ねぎ・人参)	味噌汁(大根・青菜)	味噌汁(大根・青菜)	味噌汁(椎茸・わかめ)	味噌汁(はくさい・玉ねぎ)	味噌汁(えのき・あげ)	味噌汁(あおさ)	
エネルギー 480 kcal 蛋白質 15.7 g 食塩 5.1 g	エネルギー 566 kcal 蛋白質 29.7 g 食塩 2.2 g	エネルギー 621 kcal 蛋白質 28.5 g 食塩 3.9 g	エネルギー 573 kcal 蛋白質 13.1 g 食塩 2.9 g	エネルギー 479 kcal 蛋白質 21.5 g 食塩 3.3 g	エネルギー 490 kcal 蛋白質 18.0 g 食塩 2.6 g	エネルギー 595 kcal 蛋白質 16.1 g 食塩 3.8 g	
単品小	大豆桜えび	もやしのナムル	ほうれん草の炒め物	菜の花の煮浸し	人参しりしり	大根のかに棒あんかけ	ブロッコリーの胡麻和え
	エネルギー 76 kcal 蛋白質 7.4 g 食塩 0.8 g	エネルギー 32 kcal 蛋白質 2.6 g 食塩 1.0 g	エネルギー 39 kcal 蛋白質 1.6 g 食塩 0.4 g	エネルギー 27 kcal 蛋白質 2.8 g 食塩 0.5 g	エネルギー 55 kcal 蛋白質 2.2 g 食塩 0.3 g	エネルギー 44 kcal 蛋白質 1.8 g 食塩 0.7 g	エネルギー 34 kcal 蛋白質 2.5 g 食塩 0.7 g
単品デ	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)	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)
	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 0.3 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 1513 kcal 蛋白質 49.9 g 食塩 9.8 g	エネルギー 1591 kcal 蛋白質 64.8 g 食塩 8.2 g	エネルギー 1350 kcal 蛋白質 53.1 g 食塩 7.6 g	エネルギー 1595 kcal 蛋白質 45.4 g 食塩 7.3 g	エネルギー 1562 kcal 蛋白質 57.3 g 食塩 10.0 g	エネルギー 1456 kcal 蛋白質 46.9 g 食塩 7.3 g	エネルギー 1596 kcal 蛋白質 45.7 g 食塩 12.5 g

## ＜献立表＞

現場 : デリケア(株)茨木工場  
 献立種類 : 惣菜(通常/A)  
 年月日 : 2025年4月15日(火) ~ 2025年4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
	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	茄子のミートソース煮	温野菜サラダ
	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	厚焼き卵	ほうれん草のソテー	じゃがいものソテー	きのこソテー
	エネルギー 392 kcal 蛋白質 14.0 g 食塩 0.7 g	エネルギー 351 kcal 蛋白質 6.7 g 食塩 0.4 g	エネルギー 330 kcal 蛋白質 8.6 g 食塩 1.1 g	エネルギー 346 kcal 蛋白質 11.3 g 食塩 1.2 g	エネルギー 394 kcal 蛋白質 7.5 g 食塩 0.7 g	エネルギー 313 kcal 蛋白質 6.2 g 食塩 0.6 g	エネルギー 366 kcal 蛋白質 7.6 g 食塩 1.1 g
昼食	米飯	米飯	オムライス	米飯	米飯	米飯	米飯
	タラのムニエル	豚肉の照りマヨ生姜炒め	ブロッコリーのソテー	いかとキャベツのオイスターソース炒め煮	きつねうどん	豆腐の卵きのこあんかけ	あじの焼き南蛮漬け
	チーズサラダ	大根とツナの梅肉和え	コンソメスープ	いんげんの和え物	長芋とちくわの炒め物	チンゲン菜のナムル	しろなのお浸し
	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(黄桃缶)	味噌汁(わかめ・あげ)	味噌汁(青菜・あげ)
	エネルギー 423 kcal 蛋白質 18.8 g 食塩 3.1 g	エネルギー 530 kcal 蛋白質 23.2 g 食塩 2.7 g	エネルギー 530 kcal 蛋白質 14.3 g 食塩 4.4 g	エネルギー 437 kcal 蛋白質 18.3 g 食塩 4.4 g	エネルギー 598 kcal 蛋白質 16.0 g 食塩 4.4 g	エネルギー 492 kcal 蛋白質 22.2 g 食塩 4.2 g	エネルギー 471 kcal 蛋白質 21.6 g 食塩 2.8 g
夕食	竹の子ご飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	筑前煮(鶏)	カレイの西京やき	豆腐ハンバーグ	鶏とポテトのケチャップ和え	角煮と野菜の炊き合わせ	白身魚の香り揚げ	豚肉のカレー炒め
	チンゲン菜のおかか和え	いんげんの和え物	もずく和え	チンゲン菜の胡麻和え	スナックえんどうの香味和え	はくさいの浅漬け	オクラの和え物
	味噌汁(はくさい・しめじ)	里芋の煮っころがし	れんこんの炒め物	きのこ金平	ひじきの煮物	ごぼうのそぼろ煮	卵の花
	清し汁(そうめん)	味噌汁(ほうれん草・玉ねぎ)	味噌汁(大根・青菜)	清し汁(椎茸・菜の花)	味噌汁(小松菜・玉ねぎ)	味噌汁(椎茸・わかめ)	
	エネルギー 544 kcal 蛋白質 24.1 g 食塩 5.8 g	エネルギー 435 kcal 蛋白質 24.2 g 食塩 3.6 g	エネルギー 476 kcal 蛋白質 16.4 g 食塩 3.2 g	エネルギー 585 kcal 蛋白質 19.2 g 食塩 3.4 g	エネルギー 553 kcal 蛋白質 20.2 g 食塩 3.8 g	エネルギー 558 kcal 蛋白質 22.1 g 食塩 2.5 g	エネルギー 563 kcal 蛋白質 24.5 g 食塩 4.0 g
単品小	じゃがいもの醤油炒め	肉まん	野菜コロッケ	揚げない大学いも	きゅうりの昆布和え	蒸ししゅうまい	れんこん金平
	エネルギー 54 kcal 蛋白質 1.1 g 食塩 0.5 g	エネルギー 57 kcal 蛋白質 1.5 g 食塩 0.2 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	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
単品デ	腸活ゼリー(オレンジ)	腸活ゼリー(ソルティライフ)	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)
	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 49 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g
	エネルギー 1463 kcal 蛋白質 58.0 g 食塩 10.4 g	エネルギー 1411 kcal 蛋白質 55.6 g 食塩 7.2 g	エネルギー 1460 kcal 蛋白質 40.5 g 食塩 9.2 g	エネルギー 1537 kcal 蛋白質 49.7 g 食塩 9.7 g	エネルギー 1615 kcal 蛋白質 44.5 g 食塩 9.6 g	エネルギー 1471 kcal 蛋白質 52.9 g 食塩 7.9 g	エネルギー 1519 kcal 蛋白質 54.5 g 食塩 8.6 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 : 2025年4月22日(火) ~ 2025年4月28日(月)

	火 22	水 23	木 24	金 25	土 26	日 27	月 28
朝食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	マカロニサラダ	大根サラダ	チンゲン菜のソテー	スクランブルエッグ	カリフラワーのマヨネーズ和え	はくさいの炒め物	さつまいもサラダ
	カリフラワーのソテー	スナップえんどうの炒め物	くり豆	いんげんの炒め物	ほうれん草のソテー	オニオンサラダ	竹の子ちりめん
	エネルギー 392 kcal 蛋白質 8.6 g 食塩 0.7 g	エネルギー 324 kcal 蛋白質 7.5 g 食塩 1.1 g	エネルギー 319 kcal 蛋白質 6.4 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 367 kcal 蛋白質 9.0 g 食塩 0.8 g	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
昼食	照りたま丼(鶏)	米飯	米飯	米飯	米飯	キーマカレー	米飯
	ほうれん草のかき醤油和え	ビーフカツ	寄せ鍋(鶏)	鶏団子の和風あん	海老チリ	ブロッコリーのソテー	豚バラ大根
	味噌汁(里芋・人参)	小松菜のお浸し	春雨の中華和え	ピーマンとひじきのソテー	チョレギサラダ	デザート(カクテル缶)	金平ごぼう
	味噌汁(じゃがいも・玉ねぎ)	味噌汁(じゃがいも・玉ねぎ)	味噌汁(里芋・わかめ)	味噌汁(大根・えのき)	ワンタンスープ		味噌汁(えのき・わかめ)
エネルギー 513 kcal 蛋白質 23.4 g 食塩 2.3 g	エネルギー 514 kcal 蛋白質 15.4 g 食塩 2.6 g	エネルギー 484 kcal 蛋白質 20.1 g 食塩 3.8 g	エネルギー 502 kcal 蛋白質 18.0 g 食塩 4.0 g	エネルギー 482 kcal 蛋白質 12.1 g 食塩 3.3 g	エネルギー 701 kcal 蛋白質 23.9 g 食塩 4.0 g	エネルギー 609 kcal 蛋白質 19.2 g 食塩 2.5 g	
夕食	米飯	米飯	米飯	春の散らし寿司	米飯	米飯	米飯
	さばの味噌煮	豚肉のトウチジャン炒め	タラと野菜のおろしソース	ブロッコリーの胡麻和え	肉豆腐(豚)	鶏肉の西京焼き	メバルの幽庵焼き
	ブロッコリーのおかか和え	いんげんのピーナツ和え	カリフラワーのピクルス	炒り豆腐	スナップえんどうの梅肉和え	ひじきの煮物	大豆桜えび
	ピーマンの炒め物	ねぎ焼き	さつまいもの煮物	清し汁(はくさい・椎茸)	じゃがいものソテー	長芋のしば漬け和え	小松菜のお浸し
清し汁(そうめん)	味噌汁(しめじ・あげ)	味噌汁(玉ねぎ・人参)		味噌汁(あおさ)	清し汁(そうめん)	味噌汁(青菜・あげ)	
エネルギー 568 kcal 蛋白質 24.3 g 食塩 4.1 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 493 kcal 蛋白質 22.6 g 食塩 4.8 g	エネルギー 603 kcal 蛋白質 29.7 g 食塩 3.6 g	エネルギー 600 kcal 蛋白質 27.4 g 食塩 4.0 g	エネルギー 474 kcal 蛋白質 29.1 g 食塩 3.1 g	
単品小	いとこ煮	たらこスパゲティ	ミニお好み焼き	もずく和え	かぼちゃの煮物	しろなの磯辺和え	スナップえんどうの中華和え
	エネルギー 76 kcal 蛋白質 2.6 g 食塩 0.7 g	エネルギー 83 kcal 蛋白質 3.1 g 食塩 0.8 g	エネルギー 37 kcal 蛋白質 1.2 g 食塩 0.6 g	エネルギー 8 kcal 蛋白質 0.5 g 食塩 0.1 g	エネルギー 62 kcal 蛋白質 1.8 g 食塩 0.7 g	エネルギー 17 kcal 蛋白質 1.1 g 食塩 0.7 g	エネルギー 32 kcal 蛋白質 1.9 g 食塩 0.5 g
単品デ	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(ソレライイフ)	腸活ゼリー(抹茶)	腸活ゼリー(ケアパ)
	エネルギー 52 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 51 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g
エネルギー 1601 kcal 蛋白質 58.9 g 食塩 8.1 g	エネルギー 1572 kcal 蛋白質 52.3 g 食塩 8.5 g	エネルギー 1357 kcal 蛋白質 48.6 g 食塩 7.9 g	エネルギー 1440 kcal 蛋白質 54.5 g 食塩 10.1 g	エネルギー 1552 kcal 蛋白質 52.6 g 食塩 8.7 g	エネルギー 1702 kcal 蛋白質 60.1 g 食塩 10.2 g	エネルギー 1534 kcal 蛋白質 55.0 g 食塩 6.7 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 : 2025年4月29日(火) ~ 2025年5月5日(月)

		火 29	水 30	木 1	金 2	土 3	日 4	月 5
朝食	米飯	米飯						
	マカロニソテー	いんげんの炒め物						
	大根サラダ	くり豆						
	エネルギー - 380 kcal 蛋白質 8.8 g 食塩 1.2 g	エネルギー - 323 kcal 蛋白質 6.7 g 食塩 0.3 g						
昼食	米飯	米飯						
	白身魚の揚げ浸し	ポトフ						
	チンゲン菜のかき醤油和え 味噌汁(玉ねぎ・人参)	オクラの和え物 ほうれん草のソテー						
	エネルギー - 509 kcal 蛋白質 19.2 g 食塩 2.4 g	エネルギー - 399 kcal 蛋白質 13.9 g 食塩 3.6 g						
夕食	米飯	米飯						
	豆腐チャンプルー(豚)	鶏肉のオレンジマーマレード焼き						
	大根の煮物 きゅうりとしらすの酢の物 味噌汁(はくさい・椎茸)	パプリカのマリネ カリフラワーのソテー オートミール入りミネストローネ						
	エネルギー - 580 kcal 蛋白質 27.9 g 食塩 3.7 g	エネルギー - 684 kcal 蛋白質 30.3 g 食塩 4.6 g						
単品小	ねぎ焼き	高野豆腐の煮物						
	エネルギー - 37 kcal 蛋白質 1.7 g 食塩 0.7 g	エネルギー - 48 kcal 蛋白質 3.0 g 食塩 0.7 g						
単品デ	腸活ゼリー(マスカット)	腸活ゼリー(紅茶)						
	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 - 1558 kcal 蛋白質 57.6 g 食塩 8.3 g	エネルギー - 1509 kcal 蛋白質 53.9 g 食塩 9.5 g						