

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
6/1 (日)	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 長芋のしほ漬け和え 味噌汁(玉ねぎ・えのき)	鮭の散らし寿司 菜の花のからし和え 大根のそぼろ煮 味噌汁(里芋・人参)	れんごんの炒め物
6/2 (月)	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 清し汁(わかめ・椎茸)	米飯 他人とじ(豚) オクラの和え物 ねぎ焼き 味噌汁(はくさい・あげ)	揚げだし豆腐
6/3 (火)	米飯 ほうれん草の炒め物 オニオンサラダ	米飯 ◆海老カツ じゃがいもの炒め物 コンソメスープ	炊き込み炒飯 水きょうざ もやし中華和え きゅうりのザーサイ和え	カリフラワーのマリネ
6/4 (水)	米飯 ブロッコリーのソテー くり豆	米飯 ◆酒粕煮 いんげんの胡麻和え デザート(びわ缶)	米飯 豚肉の生姜炒め 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
6/5 (木)	米飯 かぼちゃサラダ じゃこピーマン	米飯 醤油ラーメン ほうれん草のからし和え デザート(カクテル缶)	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(大根・わかめ)	人参しりしり
6/6 (金)	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・あげ)	蒸ししゅうまい
6/7 (土)	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
6/8 (日)	米飯 いんげんの炒め物 玉ねぎのボン酢和え	米飯 ヒーフカツ 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	冬瓜の煮物
6/9 (月)	米飯 スナッフえんどうのソテー さつまいもサラダ	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 かぼちゃのそぼろ煮 味噌汁(豆腐)	れんごん金平
6/10 (火)	米飯 スクランブルエッグ ブロッコリーのソテー	米飯 ロールキャベツのクリームソース(C-8オイル入) 大豆のトマト煮 ほうれん草の胡麻和え	米飯 カレイの焼き南蛮漬け いんげんの炒め物 はくさいの浅漬け 味噌汁(青菜・しめじ)	豆腐のナゲット
6/11 (水)	米飯 ウィンナーのコンソメ煮 オニオンサラダ	米飯 木の葉とじ スナッフえんどうの梅肉和え 味噌汁(えのき・大根)	米飯 鶏肉の照り焼き 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
6/12 (木)	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 大豆燻えび 清し汁(トロロ昆布)	きのこソテー
6/13 (金)	米飯 チキンボールのコンソメ煮 菜の花の炒め物	米飯 豚肉のオイスターソース炒め 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
6/14 (土)	米飯 温野菜サラダ スナッフえんどうのソテー	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
6/15 (日)	米飯 ベーコンエッグ ほうれん草の炒め物	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 れんごん金平 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
6/16 (月)	米飯 ビーマンのソテー 大根サラダ	米飯 豚肉の甘辛炒め ひじきの煮物 味噌汁（あおさ）	米飯 タラのトマトソースかけ カリフラワーの粒サラダ 和え じゃがいもの炒め煮 コンソメスープ	いんげんのピーナツ和え
6/17 (火)	米飯 肉団子のコンソメ煮 玉ねぎのボン酢和え	米飯 鶏肉のカレー照り焼き はくさいの浅漬 味噌汁（玉ねぎ・わかめ）	米飯 肉巻きフライ 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
6/18 (水)	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 フロッコリーのソテー 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 味噌汁（大根・人参）	小松菜の胡麻和え
6/19 (木)	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） きゅうりとわかめの酢の物 かぼちゃの煮物 味噌汁（えのき・あげ）	茄子の甘辛炒め
6/20 (金)	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 海老と卵の炒め物と風あんかけ しろな和え物 大豆の煮物 味噌汁（あおさ）	焼きじゃが
6/21 (土)	米飯 ワイ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 菜の花のお浸し 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 里芋の煮っころがし 味噌汁（小松菜・玉ねぎ）	和風スパゲティ
6/22 (日)	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 フ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 わかめスープ	れんこんのそぼろ煮
6/23 (月)	米飯 オニオンサラダ キャベツのソテー	米飯 冷やし中華 金平こぼろ デザート（カクテル缶）	米飯 鶏肉のオレンジマーレード焼き いんげんのソテー 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
6/24 (火)	米飯 チキンボールのコンソメ煮 ビーマンのソテー	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 揚げない大学いも 小松菜のおかか和え 清し汁（そうめん）	高野豆腐の煮物
6/25 (水)	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・玉ねぎ）	茄子のマリネ
6/26 (木)	米飯 はくさいの炒め物 フロッコリーのマヨネーズ 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
6/27 (金)	米飯 玉ねぎのボン酢和え じゃがいもの甘辛炒め	米飯 角煮と野菜の炊き合わせ 菜の花のお浸し 清し汁（椎茸・玉ねぎ）	米飯 白身魚フライ カリフラワーのチーズ和え 金平こぼろ 味噌汁（ほうれん草・あげ）	炒り豆腐
6/28 (土)	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 かぼちゃの煮物 味噌汁（わかめ・あげ）	いんげんの炒め物
6/29 (日)	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（パイン缶）	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
6/30 (月)	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（キャベツ・人参）	米飯 豚しゃぶ丼 醤油だれ 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

〈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6月1日(日) ~ 2025年6月7日(土)

	日 1	月 2	火 3	水 4	木 5	金 6	土 7
朝食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	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	のり塩ポテト	マカロニソテー
	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	小松菜のソテー	カリフラワーのドレッシング和え
	エネルギー - 385 kcal 蛋白質 13.9 g	エネルギー - 325 kcal 蛋白質 9.6 g	エネルギー - 320 kcal 蛋白質 8.4 g	エネルギー - 364 kcal 蛋白質 9.1 g	エネルギー - 400 kcal 蛋白質 7.2 g	エネルギー - 297 kcal 蛋白質 5.9 g	エネルギー - 350 kcal 蛋白質 8.3 g
	食塩 0.8 g	食塩 1.2 g	食塩 0.9 g	食塩 0.5 g	食塩 0.8 g	食塩 0.5 g	食塩 0.9 g
昼食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	鶏肉と野菜の炒め煮	ホキの味噌漬け焼き	◆海老カツ	◆酒粕煮	醤油ラーメン	肉団子の甘酢あん	タラと野菜のごまだれかけ
	長芋のしば漬け和え	小松菜のお浸し	じゃがいもの炒め物	いんげんの胡麻和え	ほうれん草のからし和え	もやしのナムル	きゅうりとツナの梅マヨ和え
	味噌汁(玉ねぎ・えのき)	清し汁(わかめ・椎茸)	コンソメスープ	デザート(びわ缶)	デザート(カクテル缶)	生姜スープ	味噌汁(なめこ・大根)
	エネルギー - 497 kcal 蛋白質 19.6 g	エネルギー - 389 kcal 蛋白質 18.7 g	エネルギー - 515 kcal 蛋白質 15.1 g	エネルギー - 469 kcal 蛋白質 23.0 g	エネルギー - 513 kcal 蛋白質 16.9 g	エネルギー - 569 kcal 蛋白質 20.0 g	エネルギー - 458 kcal 蛋白質 21.0 g
食塩 2.2 g	食塩 2.8 g	食塩 2.9 g	食塩 2.2 g	食塩 6.5 g	食塩 4.2 g	食塩 2.7 g	
夕食	鮭の散らし寿司	米飯	炊き込み炒飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	菜の花のからし和え	他人とじ(豚)	水ぎょうざ	豚肉の生姜炒め	白身魚のカレーフリッター	豚肉の山椒炒め	鶏肉の天ぷら味噌だれ
	大根のそぼろ煮	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	ブロッコリーのおかか和え	菜の花のからし和え
	味噌汁(里芋・人参)	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	大豆の煮物	金平ごぼう
	味噌汁(はくさい・あげ)	味噌汁(はくさい・あげ)		清し汁(トロロ昆布)	味噌汁(大根・わかめ)	味噌汁(椎茸・あげ)	清し汁(そうめん)
エネルギー - 486 kcal 蛋白質 18.1 g	エネルギー - 577 kcal 蛋白質 28.5 g	エネルギー - 532 kcal 蛋白質 21.0 g	エネルギー - 536 kcal 蛋白質 22.7 g	エネルギー - 554 kcal 蛋白質 22.1 g	エネルギー - 562 kcal 蛋白質 30.9 g	エネルギー - 721 kcal 蛋白質 27.5 g	
食塩 4.4 g	食塩 4.4 g	食塩 4.8 g	食塩 2.6 g	食塩 2.2 g	食塩 3.6 g	食塩 3.0 g	
単品小	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	蒸ししゅうまい	ひじきの煮物
	エネルギー - 81 kcal 蛋白質 1.7 g	エネルギー - 77 kcal 蛋白質 2.7 g	エネルギー - 52 kcal 蛋白質 2.0 g	エネルギー - 70 kcal 蛋白質 1.0 g	エネルギー - 55 kcal 蛋白質 2.2 g	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
	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	食塩 0.4 g	食塩 0.6 g
エネルギー - 1449 kcal 蛋白質 53.3 g	エネルギー - 1368 kcal 蛋白質 59.5 g	エネルギー - 1419 kcal 蛋白質 46.5 g	エネルギー - 1439 kcal 蛋白質 55.8 g	エネルギー - 1522 kcal 蛋白質 48.4 g	エネルギー - 1510 kcal 蛋白質 58.4 g	エネルギー - 1578 kcal 蛋白質 58.4 g	
食塩 8.0 g	食塩 8.8 g	食塩 9.4 g	食塩 5.7 g	食塩 9.8 g	食塩 8.7 g	食塩 7.2 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6月8日(日) ~ 2025年6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
	いんげんの炒め物	スナッペンとうのソテー	スクランブルエッグ	ウインナーのコンソメ煮	厚焼き卵	チキンボールのコンソメ煮	温野菜サラダ
	玉ねぎのポン酢和え	さつまいもサラダ	ブロッコリーのソテー	オニオンサラダ	ごぼうの炒め煮	菜の花の炒め物	スナッペンとうのソテー
	エネルギー - 306 kcal 蛋白質 8.2 g	エネルギー - 453 kcal 蛋白質 7.4 g	エネルギー - 387 kcal 蛋白質 15.3 g	エネルギー - 337 kcal 蛋白質 8.5 g	エネルギー - 373 kcal 蛋白質 10.7 g	エネルギー - 331 kcal 蛋白質 10.3 g	エネルギー - 361 kcal 蛋白質 7.0 g
	食塩 1.3 g	食塩 0.8 g	食塩 0.9 g	食塩 0.9 g	食塩 1.1 g	食塩 1.2 g	食塩 0.7 g
昼食	米飯	米飯	米飯	米飯	カレーライス(牛)	米飯	米飯
	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オイル入)	木の葉とじ	チーズサラダ	豚肉のオイスターソース炒め	鶏肉の唐揚げ
	ほうれん草のピーナツ和え	オクラの昆布和え	大豆のトマト煮	スナッペンとうの梅肉和え	デザート(パイン缶)	春雨サラダ	小松菜とたくあんの炒め物
	味噌汁(わかめ・あげ)	味噌汁(里芋・椎茸)	ほうれん草の胡麻和え	味噌汁(えのき・大根)		味噌汁(しめじ・あげ)	味噌汁(大根・わかめ)
	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 - 573 kcal 蛋白質 19.8 g	エネルギー - 436 kcal 蛋白質 18.0 g	エネルギー - 627 kcal 蛋白質 19.0 g	エネルギー - 549 kcal 蛋白質 23.2 g	エネルギー - 586 kcal 蛋白質 23.8 g
食塩 2.6 g	食塩 3.1 g	食塩 4.7 g	食塩 2.9 g	食塩 4.0 g	食塩 3.7 g	食塩 2.0 g	
夕食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	ゆかりの散らし寿司
	ポークチャップ	さばの塩焼き	カレーの焼き南蛮漬け	鶏肉の照り焼き	メバルの煮つけ	白身魚のチリソースかけ	オクラのかき醤油和え
	春雨サラダ	きゅうりとわかめの酢の物	いんげんの炒め物	小松菜のおかか和え	ほうれん草の酢味噌和え	ねぎ焼き	炒り豆腐
	茄子の甘辛炒め	かぼちゃのそぼろ煮	はくさいの浅漬け	揚げない大学いも	大豆桜えび	きゅうりのザーサイ和え	味噌汁(椎茸・玉ねぎ)
	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)	中華スープ	
エネルギー - 566 kcal 蛋白質 22.9 g	エネルギー - 473 kcal 蛋白質 22.8 g	エネルギー - 493 kcal 蛋白質 22.8 g	エネルギー - 651 kcal 蛋白質 24.9 g	エネルギー - 502 kcal 蛋白質 28.5 g	エネルギー - 497 kcal 蛋白質 20.7 g	エネルギー - 432 kcal 蛋白質 15.6 g	
食塩 3.2 g	食塩 2.8 g	食塩 3.4 g	食塩 3.3 g	食塩 4.1 g	食塩 4.5 g	食塩 5.0 g	
単品小	冬瓜の煮物	れんこん金平	豆腐のナゲット	高野豆腐の煮物	きのこソテー	ブロッコリーの炒め物	パプリカのピクルス
	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 - 111 kcal 蛋白質 3.6 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	エネルギー - 64 kcal 蛋白質 4.0 g	エネルギー - 39 kcal 蛋白質 0.6 g
	食塩 0.3 g	食塩 0.4 g	食塩 0.5 g	食塩 0.7 g	食塩 0.5 g	食塩 0.5 g	食塩 0.6 g
エネルギー - 1411 kcal 蛋白質 47.9 g	エネルギー - 1447 kcal 蛋白質 50.5 g	エネルギー - 1564 kcal 蛋白質 61.5 g	エネルギー - 1472 kcal 蛋白質 54.4 g	エネルギー - 1573 kcal 蛋白質 61.0 g	エネルギー - 1441 kcal 蛋白質 58.2 g	エネルギー - 1418 kcal 蛋白質 47.0 g	
食塩 7.4 g	食塩 7.1 g	食塩 9.5 g	食塩 7.8 g	食塩 9.7 g	食塩 9.9 g	食塩 8.3 g	

〈献立表〉

現場 : デリケア(株)茨木工場

献立種類 : 食材(通常/A)

年月日 : 2025年6月15日(日) ~ 2025年6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
	ベーコンエッグ	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	さつまいもサラダ	ウインナーのコンソメ煮
	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	竹の子ちりめん	ほうれん草の炒め物
	1人分* - 407 kcal 蛋白質 15.2 g	1人分* - 320 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* - 394 kcal 蛋白質 14.8 g	1人分* - 368 kcal 蛋白質 4.8 g	1人分* - 316 kcal 蛋白質 8.5 g
	食塩 0.9 g	食塩 0.9 g	食塩 1.3 g	食塩 0.4 g	食塩 0.9 g	食塩 0.3 g	食塩 1.0 g
昼食	米飯	米飯	米飯	コーンライス	米飯	ピピンバ丼(牛豚)	米飯
	さわらの照り焼き	豚肉の甘辛炒め	鶏肉のカレー照り焼き	カルボナーラスパゲティ	白身魚の塩麹焼き	ブロッコリーの香味和え	鶏肉の照りマヨ生姜炒め
	茄子の揚げ浸し	ひじきの煮物	はくさいの浅漬け	ブロッコリーのソテー	オクラの昆布和え	中華スープ	菜の花のお浸し
	味噌汁(はくさい・えのき)	味噌汁(あおさ)	味噌汁(玉ねぎ・わかめ)	コンソメスープ	味噌汁(青菜・椎茸)		味噌汁(しめじ・あげ)
	1人分* - 500 kcal 蛋白質 21.6 g	1人分* - 547 kcal 蛋白質 22.7 g	1人分* - 518 kcal 蛋白質 23.8 g	1人分* - 706 kcal 蛋白質 15.6 g	1人分* - 339 kcal 蛋白質 19.6 g	1人分* - 507 kcal 蛋白質 20.4 g	1人分* - 544 kcal 蛋白質 21.0 g
食塩 2.2 g	食塩 2.9 g	食塩 2.6 g	食塩 4.9 g	食塩 2.1 g	食塩 3.6 g	食塩 2.2 g	
夕食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	肉豆腐(豚)	タラのトマトソースかけ	肉巻きフライ	豆腐の卵きのこあんかけ	すき焼き(牛)	海老と卵の炒め物と風あんかけ	白身魚の磯辺揚げ
	きゅうりとしらすの酢の物	カリフラワーの粒マスタード和え	ポテトサラダ	もずく和え	きゅうりとわかめの酢の物	しろなの和え物	スナッペンどうのおかか和え
	れんこん金平	じゃがいもの炒め煮	スナッペンどうの炒め物	野菜コロケ	かぼちゃの煮物	大豆の煮物	里芋の煮ころがし
	味噌汁(しめじ・わかめ)	コンソメスープ	味噌汁(青菜・あげ)	味噌汁(大根・人参)	味噌汁(えのき・あげ)	味噌汁(あおさ)	味噌汁(小松菜・玉ねぎ)
1人分* - 578 kcal 蛋白質 26.9 g	1人分* - 531 kcal 蛋白質 20.2 g	1人分* - 609 kcal 蛋白質 19.2 g	1人分* - 535 kcal 蛋白質 21.8 g	1人分* - 594 kcal 蛋白質 22.4 g	1人分* - 543 kcal 蛋白質 25.9 g	1人分* - 562 kcal 蛋白質 21.9 g	
食塩 3.2 g	食塩 3.1 g	食塩 2.4 g	食塩 3.4 g	食塩 4.6 g	食塩 4.3 g	食塩 2.1 g	
単品小	しろなのお浸し	いんげんのピーナツ和え	卵の花	小松菜の胡麻和え	茄子の甘辛炒め	焼きじゃが	和風スパゲティ
	1人分* - 15 kcal 蛋白質 1.2 g	1人分* - 27 kcal 蛋白質 1.4 g	1人分* - 68 kcal 蛋白質 2.0 g	1人分* - 26 kcal 蛋白質 1.2 g	1人分* - 62 kcal 蛋白質 2.5 g	1人分* - 60 kcal 蛋白質 1.1 g	1人分* - 77 kcal 蛋白質 2.1 g
	食塩 0.6 g	食塩 0.3 g	食塩 0.7 g	食塩 0.7 g	食塩 0.4 g	食塩 0.7 g	食塩 0.4 g
1人分* - 1500 kcal 蛋白質 64.9 g	1人分* - 1425 kcal 蛋白質 51.8 g	1人分* - 1518 kcal 蛋白質 54.3 g	1人分* - 1587 kcal 蛋白質 46.8 g	1人分* - 1389 kcal 蛋白質 59.3 g	1人分* - 1478 kcal 蛋白質 52.2 g	1人分* - 1499 kcal 蛋白質 53.5 g	
食塩 6.9 g	食塩 7.2 g	食塩 7.0 g	食塩 9.4 g	食塩 8.0 g	食塩 8.9 g	食塩 5.7 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6月22日(日) ~ 2025年6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
	マカロニサラダ	オニオンサラダ	チキンボールのコンソメ煮	スナップえんどうのソテー	はくさいの炒め物	玉ねぎのポン酢和え	肉団子のコンソメ煮
	小松菜のソテー	キャベツのソテー	ピーマンのソテー	キャベツのドレッシング和え	ブロッコリーのマネズ和え	じゃがいもの甘辛炒め	しろなの炒め物
	1人分 - 359 kcal 蛋白質 6.8 g	1人分 - 326 kcal 蛋白質 7.5 g	1人分 - 327 kcal 蛋白質 9.8 g	1人分 - 344 kcal 蛋白質 8.9 g	1人分 - 348 kcal 蛋白質 7.8 g	1人分 - 330 kcal 蛋白質 7.5 g	1人分 - 361 kcal 蛋白質 9.8 g
	食塩 0.7 g	食塩 0.7 g	食塩 1.3 g	食塩 0.9 g	食塩 0.8 g	食塩 1.3 g	食塩 1.1 g
昼食	米飯	米飯	米飯	キーマカレー	米飯	米飯	かに玉丼
	マスのムニエル	冷やし中華	あじのなめろうフライ	人参しりしり	鶏じゃが	角煮と野菜の炊き合わせ	春雨サラダ
	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	菜の花のお浸し	中華スープ
	オートミール入りミネストローネ	デザート(カクテル缶)	味噌汁(青菜・玉ねぎ)		味噌汁(しめじ・わかめ)	清し汁(椎茸・玉ねぎ)	
	1人分 - 536 kcal 蛋白質 23.7 g	1人分 - 626 kcal 蛋白質 16.0 g	1人分 - 415 kcal 蛋白質 12.1 g	1人分 - 666 kcal 蛋白質 24.0 g	1人分 - 510 kcal 蛋白質 18.2 g	1人分 - 490 kcal 蛋白質 18.5 g	1人分 - 470 kcal 蛋白質 12.9 g
食塩 3.5 g	食塩 3.9 g	食塩 2.0 g	食塩 5.0 g	食塩 2.7 g	食塩 3.1 g	食塩 3.0 g	
夕食	米飯	米飯	米飯	米飯	散らし寿司	米飯	米飯
	豆腐と豚肉のねぎ塩炒め煮	鶏肉のオレンジマーメレード焼き	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	白身魚フライ	赤魚の幽庵焼き
	チンゲン菜のナムル	いんげんのソテー	揚げない大学いも	オクラの和え物	里芋のそぼろ煮	カリフラワーのチーズ和え	はくさいの浅漬け
	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)	金平ごぼう	かぼちやの煮物
	わかめスープ	コンソメスープ	清し汁(そうめん)	味噌汁(しろな・玉ねぎ)	味噌汁(ほうれん草・あげ)	味噌汁(わかめ・あげ)	
1人分 - 543 kcal 蛋白質 24.7 g	1人分 - 660 kcal 蛋白質 27.0 g	1人分 - 583 kcal 蛋白質 26.6 g	1人分 - 458 kcal 蛋白質 21.3 g	1人分 - 502 kcal 蛋白質 17.1 g	1人分 - 634 kcal 蛋白質 18.5 g	1人分 - 424 kcal 蛋白質 20.9 g	
食塩 4.4 g	食塩 3.5 g	食塩 3.9 g	食塩 3.1 g	食塩 4.7 g	食塩 2.7 g	食塩 3.4 g	
単品小	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	炒り豆腐	いんげんの炒め物
	1人分 - 66 kcal 蛋白質 2.9 g	1人分 - 24 kcal 蛋白質 2.0 g	1人分 - 52 kcal 蛋白質 3.1 g	1人分 - 83 kcal 蛋白質 0.9 g	1人分 - 17 kcal 蛋白質 0.8 g	1人分 - 75 kcal 蛋白質 5.3 g	1人分 - 53 kcal 蛋白質 1.8 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	食塩 0.6 g	食塩 0.5 g
1人分 - 1504 kcal 蛋白質 58.1 g	1人分 - 1636 kcal 蛋白質 52.5 g	1人分 - 1377 kcal 蛋白質 51.6 g	1人分 - 1551 kcal 蛋白質 55.1 g	1人分 - 1377 kcal 蛋白質 43.9 g	1人分 - 1529 kcal 蛋白質 49.8 g	1人分 - 1308 kcal 蛋白質 45.4 g	
食塩 9.2 g	食塩 9.0 g	食塩 7.9 g	食塩 9.8 g	食塩 9.0 g	食塩 7.7 g	食塩 8.0 g	

〈献立表〉

現場 : デリケア(株)茨木工場

献立種類 : 食材(通常/A)

年月日 : 2025年6月29日(日) ~ 2025年7月5日(土)

		日 29	月 30	火 1	水 2	木 3	金 4	土 5
朝食	米飯	米飯						
	ベーコンエッグ	きのこソテー						
	温野菜サラダ	マカロニサラダ						
	エネルギー - 381 kcal 蛋白質 13.3 g	エネルギー - 385 kcal 蛋白質 7.3 g						
	食塩 0.7 g	食塩 0.7 g						
昼食	わかめご飯	米飯						
	にゅうめん	カレイの照り焼き						
	チンゲン菜の胡麻和え	菜の花の煮浸し						
	デザート(パイン缶)	味噌汁(キャベツ・人参)						
	エネルギー - 475 kcal 蛋白質 12.8 g	エネルギー - 424 kcal 蛋白質 23.3 g						
	食塩 4.1 g	食塩 2.7 g						
夕食	米飯	米飯						
	鶏肉のハニーマスタード焼き	豚しゃぶ ^{ワビ} 醤油だれ						
	ブロッコリーとツナの和え物	きゅうりとかに棒の酢の物						
	ほうれん草のガーリック炒め	じゃがいもの醤油炒め						
	コンソメスープ	味噌汁(椎茸・青菜)						
	エネルギー - 598 kcal 蛋白質 29.8 g	エネルギー - 514 kcal 蛋白質 24.8 g						
	食塩 3.6 g	食塩 3.2 g						
単品小	里芋の生姜あんかけ	なめこのおろし和え						
	エネルギー - 68 kcal 蛋白質 1.8 g	エネルギー - 13 kcal 蛋白質 0.8 g						
	食塩 0.8 g	食塩 0.3 g						
	エネルギー - 1522 kcal 蛋白質 57.7 g	エネルギー - 1336 kcal 蛋白質 56.2 g						
	食塩 9.2 g	食塩 6.9 g						