

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
10/1 (水)	米飯 厚焼き卵 フロッコリーのソテー	米飯 豚肉のカレー炒め マカロニサラダ 味噌汁(里芋・キャベツ)	揚げとひじきの散らし寿司 ほうれん草のお浸し 味噌じゃこ大豆 清し汁(えのき・わかめ)	切干大根の煮物 腸活ゼリー(お沁ッ)
10/2 (木)	米飯 大根サラダ ごぼうの甘辛炒め	米飯 白身魚の竜田揚げ がんもの煮物 味噌汁(青菜・わかめ)	米飯 鶏肉のオレンジマーマレード焼き パプリカのピクルス いとこ煮 味噌汁(玉ねぎ・人参)	チンゲン菜の和え物 腸活ゼリー(リルティイイ)
10/3 (金)	米飯 しろなのソテー ポテトサラダ	米飯 赤魚の煮つけ 菜の花のからし和え 味噌汁(玉ねぎ・あげ)	炊き込み炒飯 水ぎょうざ 春雨の中華和え キャベツのザーサイ和え	れんこんの炒め物 腸活ゼリー(ピーチ)
10/4 (土)	米飯 ウィンナーのコンソメ煮 きゅうりのドレッシング和え	米飯 豆腐チャンプルー(豚) 小松菜のお浸し 味噌汁(大根・人参)	米飯 鶏肉の天ぷら味噌だれ オクラの和え物 里芋の煮っころがし 清し汁(椎茸・わかめ)	蒸ししゅうまい 腸活ゼリー(抹茶)
10/5 (日)	米飯 ほうれん草の炒め物 オニオンサラダ	わかめご飯 肉うどん(牛) 大豆の煮物 デザート(黄桃缶)	米飯 ◆がんもと野菜の炊き合わせ もずく和え ひじきとピーマンのソテー 味噌汁(キャベツ・あげ)	カリフラワーのマネース和え 腸活ゼリー(グアバ)
10/6 (月)	米飯 卵とし 温野菜サラダ	米飯 豚肉の焼肉炒め いんげんの和え物 味噌汁(大根・玉ねぎ)	米飯 海老カツ しろなの磯辺和え 高野豆腐の煮物 味噌汁(えのき・人参)	茄子の煮物 腸活ゼリー(マスカット)
10/7 (火)	米飯 かぼちゃサラダ ピーマンのソテー	米飯 鶏肉のハニーマスタード焼き さつまいもの煮物 味噌汁(椎茸・大根)	米飯 八宝菜 もやしの香味和え 人参しりしり 味噌汁(青菜・あげ)	チンゲン菜のお浸し 腸活ゼリー(紅茶)
10/8 (水)	米飯 スナッフえんどうの炒め物 オニオンサラダ	そぼろ丼(牛豚) キャベツのピーナツ和え 清し汁(菜の花・人参)	米飯 タラのムニエル 大根のピクルス じゃがいものソテー コンソメスープ	れんこん金平 腸活ゼリー(マンゴー)
10/9 (木)	米飯 カリフラワーの炒め物 さつまいもサラダ	米飯 豚肉の生姜炒め ねぎ焼き 味噌汁(青菜・あげ)	米飯 牛肉コロッケ 小松菜のお浸し じゃこピーマン 味噌汁(玉ねぎ・わかめ)	きゅうりの梅肉和え 腸活ゼリー(青りんご)
10/10 (金)	米飯 ハムエッグ しろなの塩だれ炒め	米飯 肉団子の甘酢あん いんげんの胡麻和え 味噌汁(大根・あげ)	米飯 ◆ホキの辛味味噌焼き 大豆のそぼろ煮 清し汁(椎茸・わかめ) ◆デザート(洋梨缶)	ひじきの煮物 腸活ゼリー(巨峰)
10/11 (土)	米飯 ウィンナーのコンソメ煮 温野菜サラダ	米飯 白身魚の磯辺揚げ きゅうりとわかめの酢の物 味噌汁(玉ねぎ・あげ)	米飯 鶏肉のトウチジャン炒め カリフラワーのチーズ和え 菜の花のソテー 味噌汁(里芋・大根)	金平ごぼう 腸活ゼリー(お沁ッ)
10/12 (日)	米飯 きのこソテー はくさいのボン酢和え	ボークハヤシライス 大根サラダ しろなのお浸し	米飯 さばの塩焼き オクラの和え物 かぼちゃの煮物 味噌汁(青菜・椎茸)	ピーマンとちくわの甘辛炒め 腸活ゼリー(リルティイイ)
10/13 (月)	米飯 卵とし キャベツの炒め物	ゆかりご飯 にゅうめん 茄子のそぼろ煮 デザート(パイン缶)	米飯 鶏ごぼうイリと野菜の炊き合わせ いんげんのおかか和え ほうれん草の煮浸し 味噌汁(えのき・大根)	きゅうりの浅漬け 腸活ゼリー(ピーチ)
10/14 (火)	米飯 肉団子のコンソメ煮 オニオンサラダ	米飯 厚揚げと里芋の煮物 もずく和え 味噌汁(玉ねぎ・わかめ)	米飯 鶏肉の唐揚げ チンゲン菜のからし和え カリフラワーのソテー 味噌汁(大根・人参)	ミニお好み焼き 腸活ゼリー(抹茶)
10/15 (水)	米飯 ピーマンのソテー マカロニサラダ	米飯 海老と卵の炒め物和風あん 揚げない大学いも 味噌汁(青菜・椎茸)	米飯 カレイの西京やき ほうれん草のお浸し 大根の煮物 清し汁(はくさい・あげ)	オクラの昆布和え 腸活ゼリー(グアバ)

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
10/16 (木)	米飯 厚焼き卵 チンゲン菜の炒め物	米飯 肉巻きフライ 味噌じゃこ大豆 清し汁(えのぎ・わかめ)	米飯 寄せ鍋(鶏) しろなのおかか和え いとこ煮 味噌汁(玉ねぎ・あげ)	ポテトサラダ 腸活ゼリー(マスカット)
10/17 (金)	米飯 スナッフえんどうのソテー コールスローサラダ	米飯 グリルチキン野菜ソース 和風スパゲティ 味噌汁(じゃがいも・人参)	鮭の散らし寿司 炒り豆腐 菜の花の和え物 味噌汁(里芋・あげ)	大根のピクルス 腸活ゼリー(紅茶)
10/18 (土)	米飯 ベーコンエッグ 小松菜の炒め物	米飯 あじの焼き南蛮漬け 蒸ししゅうまい 味噌汁(青菜・あげ)	米飯 豚じゃが 大豆桜えび ほうれん草のピーナツ和え 味噌汁(はくさい・人参)	いんげんの和え物 腸活ゼリー(マンゴー)
10/19 (日)	米飯 ビーマンの炒め物 大根サラダ	米飯 木の葉とし チンゲン菜のナムル 味噌汁(玉ねぎ・人参)	米飯 白身魚の香り揚げ 春雨の中華和え カリフラワーのソテー 清し汁(しめじ・わかめ)	高野豆腐の煮物 腸活ゼリー(青りんご)
10/20 (月)	米飯 マカロニソテー オニオンサラダ	米飯 ポトフ 菜の花のガーリックソテー きゅうりのピクルス	生姜ご飯 鶏肉の照り焼き 小松菜のおかか和え 味噌汁(里芋・しめじ)	ひじきサラダ 腸活ゼリー(巨峰)
10/21 (火)	米飯 温野菜サラダ キャベツのソテー	米飯 ためきそば 大根とひき肉の甘辛炒め デザート(黄桃缶)	米飯 豚肉のオイスターソース炒め オクラの胡麻和え ブロッコリーのソテー 味噌汁(えのぎ・わかめ)	ほうれん草のお浸し 腸活ゼリー(和みず)
10/22 (水)	米飯 シャーマンポテト しろなの塩だれ炒め	米飯 カリバタチキン 茄子の煮物 味噌汁(青菜・あげ)	米飯 ビーマン肉詰めフライ 人参しりしり チンゲン菜の磯辺和え 味噌汁(里芋・大根)	きゅうりとしらすの酢の物 腸活ゼリー(リフィライチ)
10/23 (木)	米飯 スクランブルエッグ のり塩ポテト	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) 金平ごぼう 小松菜の和え物 味噌汁(椎茸・わかめ)	カリフラワーのソテー 腸活ゼリー(ピーチ)
10/24 (金)	米飯 肉団子のコンソメ煮 マカロニサラダ	米飯 メバルの幽庵焼き 切干大根の煮物 味噌汁(里芋・玉ねぎ)	米飯 鶏とポテトのケチャップ和え 春雨の中華和え 大豆の煮物 味噌汁(はくさい・あげ)	ほうれん草のお浸し 腸活ゼリー(抹茶)
10/25 (土)	米飯 スナッフえんどうの炒め物 オニオンサラダ	オムライス ブロッコリーの胡麻和え コンソメスープ	米飯 さばの味噌煮 しろなの香味和え キャベツのソテー 清し汁(豆腐)	かぼちゃの煮物 腸活ゼリー(クアパ)
10/26 (日)	米飯 さつまいもサラダ ごぼうの甘辛炒め	米飯 筑前煮(鶏) ひじきの煮物 味噌汁(青菜・玉ねぎ)	米飯 タラと野菜のごまだれかけ 茄子の煮物 菜の花のかき醤油和え 味噌汁(えのぎ・じゃがいも)	オクラの和え物 腸活ゼリー(マスカット)
10/27 (月)	米飯 温野菜サラダ れんこんの炒め煮	米飯 ハンバーグ パプリカのマリネ コーンスープ	米飯 豆腐の卵きのこあんかけ 揚げない大芋いも 小松菜のお浸し 味噌汁(はくさい・わかめ)	ほうれん草のガーリックソテー 腸活ゼリー(紅茶)
10/28 (火)	米飯 カリフラワーのクリーム煮 チンゲン菜のソテー	米飯 白身魚の揚げ浸し ナポリタン 味噌汁(青菜・人参)	米飯 おでん きゅうりの浅漬け じゃこピーマン 味噌汁(じゃがいも・玉ねぎ)	はくさいのごま油和え 腸活ゼリー(マンゴー)
10/29 (水)	米飯 ハムエッグ 玉ねぎのボン酢和え	米飯 豚肉の照りマヨ炒め 里芋の煮物 味噌汁(大根・あげ)	米飯 あじのなめろうフライ 人参しりしり もずく和え 味噌汁(玉ねぎ・わかめ)	しろなのおかか和え 腸活ゼリー(青りんご)
10/30 (木)	米飯 チキンボールのコンソメ煮 いんげんのソテー	キーマカレー きゅうりのピクルス コンソメスープ	米飯 鶏肉の西京焼き 小松菜の和え物 金平ごぼう 清し汁(青菜・あげ)	キャベツの炒め物 腸活ゼリー(巨峰)
10/31 (金)	米飯 しろなの炒め物 マカロニソテー	米飯 醤油ラーメン 大根と豚肉の煮物 デザート(カグテル缶)	米飯 ミンチカツ ほうれん草のソテー ポテトサラダ 味噌汁(しめじ・人参)	オクラの昆布和え 腸活ゼリー(和みず)

<献立表>

現場：デリケア㈱茨木工場
献立種類：惣菜(通常／A)
年月日：2025年10月1日（水）～ 2025年10月7日（火）

	水 1	木 2	金 3	土 4	日 5	月 6	火 7
朝食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	厚焼き卵	大根サラダ	しろなのソテー	ウインナーのコンソメ煮	ほうれん草の炒め物	卵とじ	かぼちゃサラダ
	ブロッコリーのソテー	ごぼうの甘辛炒め	ポテトサラダ	きゅうりのドレッシング和え	オニオンサラダ	温野菜サラダ	ピーマンのソテー
	エネルギー 345 kcal 蛋白質 11.5 g	エネルギー 360 kcal 蛋白質 8.8 g	エネルギー 372 kcal 蛋白質 6.6 g	エネルギー 311 kcal 蛋白質 7.5 g	エネルギー 320 kcal 蛋白質 8.4 g	エネルギー 409 kcal 蛋白質 13.1 g	エネルギー 406 kcal 蛋白質 6.9 g
	食塩 1.1 g	食塩 1.0 g	食塩 0.7 g	食塩 0.8 g	食塩 0.9 g	食塩 0.9 g	食塩 0.7 g
昼食	米飯	米飯	米飯	米飯	わかめご飯	米飯	米飯
	豚肉のカレー炒め	白身魚の竜田揚げ	赤魚の煮つけ	豆腐チャンプルー(豚)	肉うどん(牛)	豚肉の焼肉炒め	鶏肉のハニーマスタード焼き
	マカロニサラダ	がんもの煮物	菜の花のからし和え	小松菜のお浸し	大豆の煮物	いんげんの和え物	さつまいもの煮物
	味噌汁(里芋・キャベツ)	味噌汁(青菜・わかめ)	味噌汁(玉ねぎ・あげ)	味噌汁(大根・人参)	デザート(黄桃缶)	味噌汁(大根・玉ねぎ)	味噌汁(椎茸・大根)
	エネルギー 598 kcal 蛋白質 22.1 g	エネルギー 466 kcal 蛋白質 19.7 g	エネルギー 427 kcal 蛋白質 21.8 g	エネルギー 578 kcal 蛋白質 27.0 g	エネルギー 648 kcal 蛋白質 22.9 g	エネルギー 524 kcal 蛋白質 22.8 g	エネルギー 552 kcal 蛋白質 24.6 g
夕食	揚げとひじきの散らし寿司	米飯	炊き込み炒飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	ほうれん草のお浸し	鶏肉のオレンジマーマレード焼き	水ぎょうざ	鶏肉の天ぷら味噌だれ	◆がんもと野菜の炊き合わせ	海老カツ	八宝菜
	味噌じゃこ大豆	パプリカのピクルス	春雨の中華和え	オクラの和え物	もずく和え	しろなの磯辺和え	もやしの香味和え
	清し汁(えのき・わかめ)	いとこ煮	キャベツのザーサイ和え	里芋の煮っころがし	ひじきとピーマンのソテー	高野豆腐の煮物	人参しりしり
		味噌汁(玉ねぎ・人参)		清し汁(椎茸・わかめ)	味噌汁(キャベツ・あげ)	味噌汁(えのき・人参)	味噌汁(青菜・あげ)
単品小	切干大根の煮物	チンゲン菜の和え物	れんこんの炒め物	蒸ししゅうまい	カリフラワーのマネース和え	茄子の煮物	チンゲン菜のお浸し
	エネルギー 50 kcal 蛋白質 1.4 g	エネルギー 28 kcal 蛋白質 1.4 g	エネルギー 81 kcal 蛋白質 1.7 g	エネルギー 82 kcal 蛋白質 1.6 g	エネルギー 86 kcal 蛋白質 1.5 g	エネルギー 46 kcal 蛋白質 1.0 g	エネルギー 17 kcal 蛋白質 0.9 g
	食塩 0.4 g	食塩 0.8 g	食塩 0.6 g	食塩 0.4 g	食塩 0.3 g	食塩 0.4 g	食塩 0.5 g
単品デ	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(ピーチ)	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)
	エネルギー 50 kcal 蛋白質 0.0 g	エネルギー 38 kcal 蛋白質 0.0 g	エネルギー 51 kcal 蛋白質 0.0 g	エネルギー 55 kcal 蛋白質 0.1 g	エネルギー 51 kcal 蛋白質 0.0 g	エネルギー 52 kcal 蛋白質 0.0 g	エネルギー 55 kcal 蛋白質 0.0 g
	食塩 0.3 g	食塩 0.3 g	食塩 0.3 g	食塩 0.3 g	食塩 0.3 g	食塩 0.3 g	食塩 0.3 g
	エネルギー 1563 kcal 蛋白質 54.2 g	エネルギー 1532 kcal 蛋白質 56.1 g	エネルギー 1481 kcal 蛋白質 48.5 g	エネルギー 1705 kcal 蛋白質 62.4 g	エネルギー 1608 kcal 蛋白質 54.0 g	エネルギー 1542 kcal 蛋白質 54.7 g	エネルギー 1572 kcal 蛋白質 54.0 g
	食塩 9.5 g	食塩 8.3 g	食塩 9.8 g	食塩 7.8 g	食塩 10.1 g	食塩 7.9 g	食塩 7.6 g

<献立表>

現場：デリケア㈱茨木工場
献立種類：惣菜(通常／A)
年月日：2025年10月8日（水）～ 2025年10月14日（火）

	水 8	木 9	金 10	土 11	日 12	月 13	火 14
朝食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	スナップえんどうの炒め物	カリフラワーの炒め物	ハムエッグ	ウインナーのコンソメ煮	きのこソテー	卵とじ	肉団子のコンソメ煮
	オニオンサラダ	さつまいもサラダ	しろなの塩だれ炒め	温野菜サラダ	はくさいのポン酢和え	キャベツの炒め物	オニオンサラダ
	エネルギー 336 kcal 蛋白質 8.2 g	エネルギー 424 kcal 蛋白質 7.3 g	エネルギー 392 kcal 蛋白質 13.1 g	エネルギー 352 kcal 蛋白質 7.0 g	エネルギー 300 kcal 蛋白質 7.7 g	エネルギー 380 kcal 蛋白質 12.8 g	エネルギー 348 kcal 蛋白質 10.1 g
	食塩 0.8 g	食塩 0.8 g	食塩 0.9 g	食塩 0.8 g	食塩 1.2 g	食塩 0.9 g	食塩 1.0 g
昼食	そばろ丼(牛豚)	米飯	米飯	米飯	ポークハヤシライス	ゆかりご飯	米飯
	キャベツのピーナツ和え	豚肉の生姜炒め	肉団子の甘酢あん	白身魚の磯辺揚げ	大根サラダ	にゅうめん	厚揚げと里芋の煮物
	清し汁(菜の花・人参)	ねぎ焼き	いんげんの胡麻和え	きゅうりとわかめの酢の物	しろなのお浸し	茄子のそばろ煮	もずく和え
		味噌汁(青菜・あげ)	味噌汁(大根・あげ)	味噌汁(玉ねぎ・あげ)		デザート（パイン缶）	味噌汁(玉ねぎ・わかめ)
	エネルギー 635 kcal 蛋白質 25.6 g	エネルギー 523 kcal 蛋白質 22.9 g	エネルギー 553 kcal 蛋白質 17.4 g	エネルギー 513 kcal 蛋白質 20.0 g	エネルギー 555 kcal 蛋白質 20.6 g	エネルギー 537 kcal 蛋白質 14.8 g	エネルギー 477 kcal 蛋白質 18.9 g
夕食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	タラのムニエル	牛肉コロッケ	◆ホキの辛味味噌焼き	鶏肉のトウチジャン炒め	さばの塩焼き	鶏ごぼうイリと野菜の炊き合わせ	鶏肉の唐揚げ
	大根のピクルス	小松菜のお浸し	大豆のそばろ煮	カリフラワーのチーズ和え	オクラの和え物	いんげんのおかか和え	チンゲン菜のからし和え
	じゃがいものソテー	じゃこピーマン	清し汁（椎茸・わかめ）	菜の花のソテー	かぼちゃの煮物	ほうれん草の煮浸し	カリフラワーのソテー
	コンソメスープ	味噌汁(玉ねぎ・わかめ)	◆デザート(洋梨缶)	味噌汁(里芋・大根)	味噌汁(青菜・椎茸)	味噌汁(えのき・大根)	味噌汁(大根・人参)
単品小	エネルギー 469 kcal 蛋白質 18.7 g	エネルギー 554 kcal 蛋白質 12.9 g	エネルギー 409 kcal 蛋白質 24.4 g	エネルギー 612 kcal 蛋白質 23.8 g	エネルギー 479 kcal 蛋白質 22.2 g	エネルギー 474 kcal 蛋白質 21.3 g	エネルギー 681 kcal 蛋白質 26.6 g
	食塩 3.3 g	食塩 3.5 g	食塩 2.2 g	食塩 3.0 g	食塩 3.2 g	食塩 3.5 g	食塩 2.6 g
	れんこん金平	きゅうりの梅肉和え	ひじきの煮物	金平ごぼう	ピーマンとちくわの甘辛炒め	きゅうりの浅漬け	ミニお好み焼き
	エネルギー 61 kcal 蛋白質 0.8 g	エネルギー 17 kcal 蛋白質 1.0 g	エネルギー 55 kcal 蛋白質 1.3 g	エネルギー 61 kcal 蛋白質 0.9 g	エネルギー 63 kcal 蛋白質 1.7 g	エネルギー 12 kcal 蛋白質 0.6 g	エネルギー 33 kcal 蛋白質 1.1 g
	食塩 0.4 g	食塩 0.9 g	食塩 0.6 g	食塩 0.4 g	食塩 0.6 g	食塩 0.8 g	食塩 0.4 g
単品デ	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(オレンジ)	腸活ゼリー(ソルティライチ)	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	エネルギー 52 kcal 蛋白質 0.0 g	エネルギー 51 kcal 蛋白質 0.0 g	エネルギー 50 kcal 蛋白質 0.0 g	エネルギー 38 kcal 蛋白質 0.0 g	エネルギー 51 kcal 蛋白質 0.0 g	エネルギー 55 kcal 蛋白質 0.1 g
	食塩 0.3 g	食塩 0.3 g	食塩 0.3 g	食塩 0.3 g	食塩 0.3 g	食塩 0.3 g	食塩 0.3 g
	エネルギー 1550 kcal 蛋白質 53.3 g	エネルギー 1570 kcal 蛋白質 44.1 g	エネルギー 1460 kcal 蛋白質 56.2 g	エネルギー 1588 kcal 蛋白質 51.7 g	エネルギー 1435 kcal 蛋白質 52.2 g	エネルギー 1454 kcal 蛋白質 49.5 g	エネルギー 1594 kcal 蛋白質 56.8 g
	食塩 7.6 g	食塩 7.7 g	食塩 7.7 g	食塩 6.1 g	食塩 9.1 g	食塩 10.5 g	食塩 6.9 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10月15日(水)～2025年10月21日(火)

	水 15	木 16	金 17	土 18	日 19	月 20	火 21
朝食	米飯 ピーマンのソテー マカロニサラダ	米飯 厚焼き卵 チンゲン菜の炒め物	米飯 スナップえんどうのソテー コールスローサラダ	米飯 ベーコンエッグ 小松菜の炒め物	米飯 ピーマンの炒め物 大根サラダ	米飯 マカロニソテー オニオンサラダ	米飯 温野菜サラダ キャベツのソテー
	1エネルギー 386 kcal 蛋白質 7.7 g 食塩 0.8 g	1エネルギー 333 kcal 蛋白質 9.4 g 食塩 1.0 g	1エネルギー 379 kcal 蛋白質 8.9 g 食塩 0.9 g	1エネルギー 409 kcal 蛋白質 13.8 g 食塩 0.9 g	1エネルギー 339 kcal 蛋白質 7.7 g 食塩 0.8 g	1エネルギー 357 kcal 蛋白質 8.9 g 食塩 0.9 g	1エネルギー 340 kcal 蛋白質 7.1 g 食塩 0.7 g
	米飯 海老と卵の炒め物和風あん 揚げない大学いも 味噌汁(青菜・椎茸)	米飯 肉巻きフライ 味噌じゃこ大豆 清し汁(えのき・わかめ)	米飯 グリルチキン野菜ソース 和風スパゲティ 味噌汁(じゃがいも・人参)	米飯 あじの焼き南蛮漬け 蒸ししゅうまい 味噌汁(青菜・あげ)	米飯 木の葉とじ チンゲン菜のナムル 味噌汁(玉ねぎ・人参)	米飯 ポトフ 菜の花のガーリックソテー きゅうりのピクルス	米飯 たぬきそば 大根とひき肉の甘辛炒め デザート(黄桃缶)
	1エネルギー 611 kcal 蛋白質 21.0 g 食塩 3.1 g	1エネルギー 514 kcal 蛋白質 21.4 g 食塩 2.6 g	1エネルギー 635 kcal 蛋白質 29.0 g 食塩 2.4 g	1エネルギー 501 kcal 蛋白質 22.1 g 食塩 2.5 g	1エネルギー 438 kcal 蛋白質 17.5 g 食塩 3.0 g	1エネルギー 474 kcal 蛋白質 14.2 g 食塩 3.1 g	1エネルギー 614 kcal 蛋白質 19.4 g 食塩 4.0 g
	米飯 カレーの西京やき ほうれん草のお浸し 大根の煮物 清し汁(はくさい・あげ)	米飯 寄せ鍋(鶏) しろなのおかか和え いとし煮 味噌汁(玉ねぎ・あげ)	鮭の散らし寿司 炒り豆腐 菜の花の和え物 味噌汁(里芋・あげ)	米飯 豚じゃが 大豆桜えび ほうれん草のピーナツ和え 味噌汁(はくさい・人参)	米飯 白身魚の香り揚げ 春雨の中華和え カリフラワーのソテー 清し汁(しめじ・わかめ)	生姜ご飯 鶏肉の照り焼き 小松菜のおかか和え 味噌汁(里芋・しめじ)	米飯 豚肉のオイスターソース炒め オクラの胡麻和え ブロッコリーのソテー 味噌汁(えのき・わかめ)
夕食	1エネルギー 413 kcal 蛋白質 24.6 g 食塩 3.5 g	1エネルギー 551 kcal 蛋白質 24.3 g 食塩 4.7 g	1エネルギー 512 kcal 蛋白質 22.0 g 食塩 4.5 g	1エネルギー 571 kcal 蛋白質 28.8 g 食塩 3.3 g	1エネルギー 583 kcal 蛋白質 23.4 g 食塩 2.2 g	1エネルギー 599 kcal 蛋白質 26.8 g 食塩 5.4 g	1エネルギー 609 kcal 蛋白質 27.1 g 食塩 4.7 g
単品小	オクラの昆布和え	ポテトサラダ	大根のピクルス	いんげんの和え物	高野豆腐の煮物	ひじきサラダ	ほうれん草のお浸し
	1エネルギー 20 kcal 蛋白質 1.0 g 食塩 0.4 g	1エネルギー 107 kcal 蛋白質 1.0 g 食塩 0.3 g	1エネルギー 38 kcal 蛋白質 0.4 g 食塩 0.6 g	1エネルギー 25 kcal 蛋白質 1.3 g 食塩 0.8 g	1エネルギー 50 kcal 蛋白質 3.2 g 食塩 0.7 g	1エネルギー 97 kcal 蛋白質 2.5 g 食塩 0.6 g	1エネルギー 20 kcal 蛋白質 2.0 g 食塩 0.6 g
単品デ	腸活ゼリー(ケアパ)	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)	腸活ゼリー(青りんご)	腸活ゼリー(巨峰)	腸活ゼリー(オレンジ)
	1エネルギー 51 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	1エネルギー 52 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	1エネルギー 55 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	1エネルギー 49 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	1エネルギー 52 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	1エネルギー 51 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	1エネルギー 50 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g
	1エネルギー 1481 kcal 蛋白質 54.3 g 食塩 8.1 g	1エネルギー 1557 kcal 蛋白質 56.1 g 食塩 8.9 g	1エネルギー 1619 kcal 蛋白質 60.3 g 食塩 8.7 g	1エネルギー 1555 kcal 蛋白質 66.0 g 食塩 7.8 g	1エネルギー 1462 kcal 蛋白質 51.8 g 食塩 7.0 g	1エネルギー 1578 kcal 蛋白質 52.4 g 食塩 10.3 g	1エネルギー 1633 kcal 蛋白質 55.6 g 食塩 10.3 g

<献立表>

現場：デリケア(株)茨木工場
献立種類：惣菜(通常／A)
年月日：2025年10月22日(水)～2025年10月28日(火)

	水 22	木 23	金 24	土 25	日 26	月 27	火 28
朝食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	ジャーマンポテト	スクランブルエッグ	肉団子のコンソメ煮	スナップえんどうの炒め物	さつまいもサラダ	温野菜サラダ	カリフラワーのクリーム煮
	しろなの塩だれ炒め	のり塩ポテト	マカロニサラダ	オニオンサラダ	ごぼうの甘辛炒め	れんこんの炒め煮	チンゲン菜のソテー
	エネルギー 397 kcal 蛋白質 8.1 g	エネルギー 381 kcal 蛋白質 12.3 g	エネルギー 401 kcal 蛋白質 9.2 g	エネルギー 319 kcal 蛋白質 8.3 g	エネルギー 455 kcal 蛋白質 7.5 g	エネルギー 324 kcal 蛋白質 6.6 g	エネルギー 314 kcal 蛋白質 7.0 g
	食塩 1.6 g	食塩 0.6 g	食塩 0.8 g	食塩 0.8 g	食塩 0.9 g	食塩 0.7 g	食塩 1.1 g
昼食	米飯	米飯	米飯	オムライス	米飯	米飯	米飯
	ガリバタチキン	海老チリ	メバルの幽庵焼き	ブロッコリーの胡麻和え	筑前煮(鶏)	ハンバーグ	白身魚の揚げ浸し
	茄子の煮物	チョレギサラダ	切干大根の煮物	コンソメスープ	ひじきの煮物	パプリカのマリネ	ナポリタン
	味噌汁(青菜・あげ)	ワントンスープ	味噌汁(里芋・玉ねぎ)		味噌汁(青菜・玉ねぎ)	コーンスープ	味噌汁(青菜・人参)
	エネルギー 585 kcal 蛋白質 20.8 g	エネルギー 482 kcal 蛋白質 12.1 g	エネルギー 426 kcal 蛋白質 20.9 g	エネルギー 495 kcal 蛋白質 13.3 g	エネルギー 491 kcal 蛋白質 18.3 g	エネルギー 537 kcal 蛋白質 14.8 g	エネルギー 590 kcal 蛋白質 22.0 g
夕食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	ピーマン肉詰めフライ	肉豆腐(豚)	鶏とポテトのケチャップ和え	さばの味噌煮	タラと野菜のごまだれかけ	豆腐の卵きのこあんかけ	おでん
	人参しりしり	金平ごぼう	春雨の中華和え	しろなの香味和え	茄子の煮物	揚げない大学いも	きゅうりの浅漬け
	チンゲン菜の磯辺和え	小松菜の和え物	大豆の煮物	キャベツのソテー	菜の花のかき醤油和え	小松菜のお浸し	じゃこピーマン
	味噌汁(里芋・大根)	味噌汁(椎茸・わかめ)	味噌汁(はくさい・あげ)	清し汁(豆腐)	味噌汁(えのき・じゃがいも)	味噌汁(はくさい・わかめ)	味噌汁(じゃがいも・玉ねぎ)
単品小	エネルギー 537 kcal 蛋白質 13.6 g	エネルギー 619 kcal 蛋白質 28.2 g	エネルギー 602 kcal 蛋白質 21.8 g	エネルギー 521 kcal 蛋白質 23.0 g	エネルギー 454 kcal 蛋白質 23.0 g	エネルギー 593 kcal 蛋白質 22.4 g	エネルギー 480 kcal 蛋白質 20.0 g
	食塩 3.0 g	食塩 3.5 g	食塩 3.3 g	食塩 3.7 g	食塩 3.0 g	食塩 4.1 g	食塩 4.3 g
	きゅうりとしらすの酢の物	カリフラワーのソテー	ほうれん草のお浸し	かぼちゃの煮物	オクラの和え物	ほうれん草のガーリックソテー	はくさいのごま油和え
	エネルギー 24 kcal 蛋白質 1.1 g	エネルギー 68 kcal 蛋白質 3.3 g	エネルギー 20 kcal 蛋白質 2.0 g	エネルギー 62 kcal 蛋白質 1.8 g	エネルギー 38 kcal 蛋白質 1.9 g	エネルギー 46 kcal 蛋白質 2.9 g	エネルギー 25 kcal 蛋白質 1.0 g
	食塩 0.6 g	食塩 0.4 g	食塩 0.6 g	食塩 0.7 g	食塩 0.9 g	食塩 0.4 g	食塩 0.7 g
単品デ	腸活ゼリー(ソルティライチ)	腸活ゼリー(ピーチ)	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)
	エネルギー 38 kcal 蛋白質 0.0 g	エネルギー 51 kcal 蛋白質 0.0 g	エネルギー 55 kcal 蛋白質 0.1 g	エネルギー 51 kcal 蛋白質 0.0 g	エネルギー 52 kcal 蛋白質 0.0 g	エネルギー 55 kcal 蛋白質 0.0 g	エネルギー 49 kcal 蛋白質 0.0 g
	食塩 0.3 g	食塩 0.3 g	食塩 0.3 g	食塩 0.3 g	食塩 0.3 g	食塩 0.3 g	食塩 0.3 g
	エネルギー 1581 kcal 蛋白質 43.6 g	エネルギー 1601 kcal 蛋白質 55.9 g	エネルギー 1504 kcal 蛋白質 54.0 g	エネルギー 1448 kcal 蛋白質 46.4 g	エネルギー 1490 kcal 蛋白質 50.7 g	エネルギー 1555 kcal 蛋白質 46.7 g	エネルギー 1458 kcal 蛋白質 50.0 g
	食塩 8.4 g	食塩 8.1 g	食塩 7.2 g	食塩 9.7 g	食塩 8.0 g	食塩 9.2 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10月29日(水)～2025年11月4日(火)

	水 29	木 30	金 31	土 1	日 2	月 3	火 4
朝食	米飯	米飯	米飯				
	ハムエッグ	チキンボールのコンソメ煮	しろなの炒め物				
	玉ねぎのポン酢和え	いんげんのソテー	マカロニソテー				
	エネルギー 386 kcal 蛋白質 14.8 g	エネルギー 344 kcal 蛋白質 10.1 g	エネルギー 389 kcal 蛋白質 8.3 g				
	食塩 1.2 g	食塩 1.2 g	食塩 1.2 g				
昼食	米飯	キーマカレー	米飯				
	豚肉の照りマヨ炒め	きゅうりのピクルス	醤油ラーメン				
	里芋の煮物	コンソメスープ	大根と豚肉の煮物				
	味噌汁(大根・あげ)		デザート(カクテル缶)				
	エネルギー 560 kcal 蛋白質 22.3 g	エネルギー 667 kcal 蛋白質 22.3 g	エネルギー 536 kcal 蛋白質 17.2 g				
	食塩 1.9 g	食塩 5.2 g	食塩 6.3 g				
夕食	米飯	米飯	米飯				
	あじのなめろうフライ	鶏肉の西京焼き	ミンチカツ				
	人参しりしり	小松菜の和え物	ほうれん草のソテー				
	もずく和え	金平ごぼう	ポテトサラダ				
	味噌汁(玉ねぎ・わかめ)	清し汁(青菜・あげ)	味噌汁(しめじ・人参)				
	エネルギー 452 kcal 蛋白質 13.8 g	エネルギー 593 kcal 蛋白質 27.4 g	エネルギー 698 kcal 蛋白質 15.5 g				
	食塩 1.9 g	食塩 3.9 g	食塩 2.7 g				
単品小	しろなのおかか和え	キャベツの炒め物	オクラの昆布和え				
	エネルギー 26 kcal 蛋白質 1.8 g	エネルギー 54 kcal 蛋白質 1.8 g	エネルギー 20 kcal 蛋白質 1.0 g				
	食塩 0.8 g	食塩 0.5 g	食塩 0.4 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(オレンジ)				
	エネルギー 52 kcal 蛋白質 0.0 g	エネルギー 51 kcal 蛋白質 0.0 g	エネルギー 50 kcal 蛋白質 0.0 g				
	食塩 0.3 g	食塩 0.3 g	食塩 0.3 g				
	エネルギー 1476 kcal 蛋白質 52.7 g	エネルギー 1709 kcal 蛋白質 61.6 g	エネルギー 1693 kcal 蛋白質 42.0 g				
	食塩 6.1 g	食塩 11.1 g	食塩 10.9 g				