

月間献立予定表（惣菜）

デリケア備菜木工場

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ccoli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(えのぎ・わかめ)	切干大根の煮物 腸活🍵(抹茶)
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🍵(抹茶)
10/3 (金)	米飯 しろなソテー 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 水きょうざ 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🍵(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 里芋の煮ころがし 清し汁(椎茸・わかめ)	蒸ししゅうまい 腸活🍵(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 ◆か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)	カリフラワーのマリネ和え 腸活🍵(抹茶)
10/6 (月)	米飯 卵とじ 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 しろな磯辺和え 高野豆腐の煮物 味噌汁(えのぎ・人参)	茄子の煮物 腸活🍵(抹茶)
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🍵(紅茶)
10/8 (水)	米飯 スナックえんどうの炒め物 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🍵(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🍵(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🍵(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🍵(抹茶)
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🍵(抹茶)
10/13 (月)	米飯 卵とじ 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(ハイン缶)	米飯 鶏ごぼう丼と野菜の炊き合わせ いんげんのおかか和え ほうれん草のお浸し 味噌汁(えのぎ・大根)	きゅうりの浅漬け 腸活🍵(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🍵(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 カレイの西京焼き 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🍵(抹茶)

月間献立予定表（惣菜）

デリケア備後木工場

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(えのき・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 陽活茶(リ(マカ))
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 ク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 陽活茶(リ(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 陽活茶(リ(マンゴー))
10/19 (日)	米飯 ビーマンの炒め物 大根サラダ	米飯 木の葉とじ 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 陽活茶(リ(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 陽活茶(リ(巨峰))
10/21 (火)	米飯 温野菜サラダ キャベツのソテー	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)	米飯 豚肉のオイスターソース炒め オクラの胡麻和え フロッキーのソテー 味噌汁(えのき・わかめ)	ほうれん草のお浸し 陽活茶(リ(おろ))
10/22 (水)	米飯 ジャーマンポテト しろな塩だれ炒め	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 陽活茶(リ(別メニュー))
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 陽活茶(リ(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 メハルの幽庵焼き 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 陽活茶(リ(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 フロッキーの胡麻和え 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 陽活茶(リ(バナナ))
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(えのき・じゃがいも)	オクラの和え物 陽活茶(リ(マカ))
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 コンソメスープ	米飯 豆腐の卵きのこあんかけ 揚げない大学いも 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 陽活茶(リ(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 じゃこビーマン 味噌汁(じゃがいも・玉ねぎ)	はくさいのごま油和え 陽活茶(リ(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 陽活茶(リ(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 陽活茶(リ(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(カクテル缶)	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 陽活茶(リ(おろ))

<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 食塩 1.1 g	エネルギー 360 kcal 蛋白質 8.8 g 食塩 1.0 g	エネルギー 372 kcal 蛋白質 6.6 g 食塩 0.7 g	エネルギー 311 kcal 蛋白質 7.5 g 食塩 0.8 g	エネルギー 320 kcal 蛋白質 8.4 g 食塩 0.9 g	エネルギー 409 kcal 蛋白質 13.1 g 食塩 0.9 g	エネルギー 406 kcal 蛋白質 6.9 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 食塩 2.6 g	エネルギー 466 kcal 蛋白質 19.7 g 食塩 2.3 g	エネルギー 427 kcal 蛋白質 21.8 g 食塩 3.5 g	エネルギー 578 kcal 蛋白質 27.0 g 食塩 3.3 g	エネルギー 648 kcal 蛋白質 22.9 g 食塩 6.0 g	エネルギー 524 kcal 蛋白質 22.8 g 食塩 2.7 g	エネルギー 552 kcal 蛋白質 24.6 g 食塩 2.1 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
	エネルギー 520 kcal 蛋白質 19.2 g 食塩 5.1 g	エネルギー 640 kcal 蛋白質 26.2 g 食塩 3.9 g	エネルギー 550 kcal 蛋白質 18.4 g 食塩 4.7 g	エネルギー 679 kcal 蛋白質 26.2 g 食塩 3.0 g	エネルギー 503 kcal 蛋白質 21.2 g 食塩 2.6 g	エネルギー 511 kcal 蛋白質 17.8 g 食塩 3.6 g	エネルギー 542 kcal 蛋白質 21.6 g 食塩 4.0 g
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	カリフラワーのマヨネーズ和え	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 食塩 0.4 g	エネルギー 28 kcal 蛋白質 1.4 g 食塩 0.8 g	エネルギー 81 kcal 蛋白質 1.7 g 食塩 0.6 g	エネルギー 82 kcal 蛋白質 1.6 g 食塩 0.4 g	エネルギー 86 kcal 蛋白質 1.5 g 食塩 0.3 g	エネルギー 46 kcal 蛋白質 1.0 g 食塩 0.4 g	エネルギー 17 kcal 蛋白質 0.9 g 食塩 0.5 g
	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(ピーチ)	腸活ゼリー(抹茶)	腸活ゼリー(クアハ)	腸活ゼリー(マスカット)	腸活ゼリー(紅茶)
単品デ	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 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 1563 kcal 蛋白質 54.2 g 食塩 9.5 g	エネルギー 1532 kcal 蛋白質 56.1 g 食塩 8.3 g	エネルギー 1481 kcal 蛋白質 48.5 g 食塩 9.8 g	エネルギー 1705 kcal 蛋白質 62.4 g 食塩 7.8 g	エネルギー 1608 kcal 蛋白質 54.0 g 食塩 10.1 g	エネルギー 1542 kcal 蛋白質 54.7 g 食塩 7.9 g	エネルギー 1572 kcal 蛋白質 54.0 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
	スナッペンどうの炒め物	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
	1人1食あたり 336 kcal 蛋白質 8.2 g 食塩 0.8 g	1人1食あたり 424 kcal 蛋白質 7.3 g 食塩 0.8 g	1人1食あたり 392 kcal 蛋白質 13.1 g 食塩 0.9 g	1人1食あたり 352 kcal 蛋白質 7.0 g 食塩 0.8 g	1人1食あたり 300 kcal 蛋白質 7.7 g 食塩 1.2 g	1人1食あたり 380 kcal 蛋白質 12.8 g 食塩 0.9 g	1人1食あたり 348 kcal 蛋白質 10.1 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)
	1人1食あたり 635 kcal 蛋白質 25.6 g 食塩 2.8 g	1人1食あたり 523 kcal 蛋白質 22.9 g 食塩 2.2 g	1人1食あたり 553 kcal 蛋白質 17.4 g 食塩 3.7 g	1人1食あたり 513 kcal 蛋白質 20.0 g 食塩 1.6 g	1人1食あたり 555 kcal 蛋白質 20.6 g 食塩 3.8 g	1人1食あたり 537 kcal 蛋白質 14.8 g 食塩 5.0 g	1人1食あたり 477 kcal 蛋白質 18.9 g 食塩 2.6 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)
	1人1食あたり 469 kcal 蛋白質 18.7 g 食塩 3.3 g	1人1食あたり 554 kcal 蛋白質 12.9 g 食塩 3.5 g	1人1食あたり 436 kcal 蛋白質 26.9 g 食塩 2.2 g	1人1食あたり 612 kcal 蛋白質 23.8 g 食塩 3.0 g	1人1食あたり 479 kcal 蛋白質 22.2 g 食塩 3.2 g	1人1食あたり 474 kcal 蛋白質 21.3 g 食塩 3.5 g	1人1食あたり 681 kcal 蛋白質 26.6 g 食塩 2.6 g
単品小	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
	1人1食あたり 61 kcal 蛋白質 0.8 g 食塩 0.4 g	1人1食あたり 17 kcal 蛋白質 1.0 g 食塩 0.9 g	1人1食あたり 55 kcal 蛋白質 1.3 g 食塩 0.6 g	1人1食あたり 61 kcal 蛋白質 0.9 g 食塩 0.4 g	1人1食あたり 63 kcal 蛋白質 1.7 g 食塩 0.6 g	1人1食あたり 12 kcal 蛋白質 0.6 g 食塩 0.8 g	1人1食あたり 33 kcal 蛋白質 1.1 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)
	1人1食あたり 49 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	1人1食あたり 52 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	1人1食あたり 51 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	1人1食あたり 50 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	1人1食あたり 38 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	1人1食あたり 51 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	1人1食あたり 55 kcal 蛋白質 0.1 g 食塩 0.3 g
	1人1食あたり 1550 kcal 蛋白質 53.3 g 食塩 7.6 g	1人1食あたり 1570 kcal 蛋白質 44.1 g 食塩 7.7 g	1人1食あたり 1487 kcal 蛋白質 58.7 g 食塩 7.7 g	1人1食あたり 1588 kcal 蛋白質 51.7 g 食塩 6.1 g	1人1食あたり 1435 kcal 蛋白質 52.2 g 食塩 9.1 g	1人1食あたり 1454 kcal 蛋白質 49.5 g 食塩 10.5 g	1人1食あたり 1594 kcal 蛋白質 56.8 g 食塩 6.9 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	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	ピーマンのソテー	厚焼き卵	スナッペンどうのソテー	ベーコンエッグ	ピーマンの炒め物	マカロニソテー	温野菜サラダ
	マカロニサラダ	チンゲン菜の炒め物	コールスローサラダ	小松菜の炒め物	大根サラダ	オニオンサラダ	キャベツのソテー
	エネルギー 386 kcal 蛋白質 7.7 g 食塩 0.8 g	エネルギー 333 kcal 蛋白質 9.4 g 食塩 1.0 g	エネルギー 379 kcal 蛋白質 8.9 g 食塩 0.9 g	エネルギー 409 kcal 蛋白質 13.8 g 食塩 0.9 g	エネルギー 339 kcal 蛋白質 7.7 g 食塩 0.8 g	エネルギー 357 kcal 蛋白質 8.9 g 食塩 0.9 g	エネルギー 340 kcal 蛋白質 7.1 g 食塩 0.7 g
昼食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	海老と卵の炒め物 和風あん	肉巻きフライ	グリルチキン野菜ソース	あじの焼き南蛮漬け	木の葉とじ	ポトフ	たぬきそば
	揚げない大学いも 味噌汁(青菜・椎茸)	味噌じゃこ大豆	和風スパゲティ	蒸ししゅうまい	チンゲン菜のナムル	菜の花のガーリックソテー	大根とひき肉の甘辛炒め
	味噌汁(青菜・椎茸)	清し汁(えのき・わかめ)	味噌汁(じゃがいも・人参)	味噌汁(青菜・あげ)	味噌汁(玉ねぎ・人参)	きゅうりのピクルス	デザート(黄桃缶)
夕食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	カレーの西京やき	寄せ鍋(鶏)	炒り豆腐	豚じゃが	白身魚の香り揚げ	鶏肉の照り焼き	豚肉のオイスターソース炒め
	ほうれん草のお浸し	しろなのおかか和え	菜の花の和え物	大豆桜えび	春雨の中華和え	小松菜のおかか和え	オクラの胡麻和え
	大根の煮物	いとこ煮	味噌汁(里芋・あげ)	ほうれん草のピーナツ和え	カリフラワーのソテー	味噌汁(里芋・しめじ)	ブロッコリーのソテー
単品小	清し汁(はくさい・あげ)	味噌汁(玉ねぎ・あげ)	味噌汁(はくさい・人参)	味噌汁(はくさい・人参)	清し汁(しめじ・わかめ)	味噌汁(えのき・わかめ)	味噌汁(えのき・わかめ)
	エネルギー 413 kcal 蛋白質 24.6 g 食塩 3.5 g	エネルギー 551 kcal 蛋白質 24.3 g 食塩 4.7 g	エネルギー 512 kcal 蛋白質 22.0 g 食塩 4.5 g	エネルギー 571 kcal 蛋白質 28.8 g 食塩 3.3 g	エネルギー 583 kcal 蛋白質 23.4 g 食塩 2.2 g	エネルギー 599 kcal 蛋白質 26.8 g 食塩 5.4 g	エネルギー 609 kcal 蛋白質 27.1 g 食塩 4.7 g
	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
	エネルギー 20 kcal 蛋白質 1.0 g 食塩 0.4 g	エネルギー 107 kcal 蛋白質 1.0 g 食塩 0.3 g	エネルギー 38 kcal 蛋白質 0.4 g 食塩 0.6 g	エネルギー 25 kcal 蛋白質 1.3 g 食塩 0.8 g	エネルギー 50 kcal 蛋白質 3.2 g 食塩 0.7 g	エネルギー 97 kcal 蛋白質 2.5 g 食塩 0.6 g	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(ｸﾞﾏｰﾊﾞﾝ)	腸活ゼリー(ﾏｽｶｯﾄ)	腸活ゼリー(紅茶)	腸活ゼリー(ﾏﾝｺﾞｰ)	腸活ゼリー(青りんご)	腸活ゼリー(巨峰)	腸活ゼリー(ｵﾚﾝｼﾞ)
	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 50 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g
	エネルギー 1481 kcal 蛋白質 54.3 g 食塩 8.1 g	エネルギー 1557 kcal 蛋白質 56.1 g 食塩 8.9 g	エネルギー 1619 kcal 蛋白質 60.3 g 食塩 8.7 g	エネルギー 1555 kcal 蛋白質 66.0 g 食塩 7.8 g	エネルギー 1462 kcal 蛋白質 51.8 g 食塩 7.0 g	エネルギー 1578 kcal 蛋白質 52.4 g 食塩 10.3 g	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㈱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	スナッブえんどうの炒め物	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
	1人1杯 [※] - 397 kcal 蛋白質 8.1 g	1人1杯 [※] - 381 kcal 蛋白質 12.3 g	1人1杯 [※] - 401 kcal 蛋白質 9.2 g	1人1杯 [※] - 319 kcal 蛋白質 8.3 g	1人1杯 [※] - 455 kcal 蛋白質 7.5 g	1人1杯 [※] - 324 kcal 蛋白質 6.6 g	1人1杯 [※] - 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）
	1人1杯 [※] - 585 kcal 蛋白質 20.8 g	1人1杯 [※] - 482 kcal 蛋白質 12.1 g	1人1杯 [※] - 426 kcal 蛋白質 20.9 g	1人1杯 [※] - 495 kcal 蛋白質 13.3 g	1人1杯 [※] - 491 kcal 蛋白質 18.3 g	1人1杯 [※] - 537 kcal 蛋白質 14.8 g	1人1杯 [※] - 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	1人1杯 [※] - 537 kcal 蛋白質 13.6 g	1人1杯 [※] - 619 kcal 蛋白質 28.2 g	1人1杯 [※] - 602 kcal 蛋白質 21.8 g	1人1杯 [※] - 521 kcal 蛋白質 23.0 g	1人1杯 [※] - 454 kcal 蛋白質 23.0 g	1人1杯 [※] - 593 kcal 蛋白質 22.4 g	1人1杯 [※] - 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
	1人1杯 [※] - 24 kcal 蛋白質 1.1 g	1人1杯 [※] - 68 kcal 蛋白質 3.3 g	1人1杯 [※] - 20 kcal 蛋白質 2.0 g	1人1杯 [※] - 62 kcal 蛋白質 1.8 g	1人1杯 [※] - 38 kcal 蛋白質 1.9 g	1人1杯 [※] - 46 kcal 蛋白質 2.9 g	1人1杯 [※] - 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（ソルティティ）	腸活ゼリー（ピーチ）	腸活ゼリー（抹茶）	腸活ゼリー（クアハ）	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）
	1人1杯 [※] - 38 kcal 蛋白質 0.0 g	1人1杯 [※] - 51 kcal 蛋白質 0.0 g	1人1杯 [※] - 55 kcal 蛋白質 0.1 g	1人1杯 [※] - 51 kcal 蛋白質 0.0 g	1人1杯 [※] - 52 kcal 蛋白質 0.0 g	1人1杯 [※] - 55 kcal 蛋白質 0.0 g	1人1杯 [※] - 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
	1人1杯 [※] - 1581 kcal 蛋白質 43.6 g	1人1杯 [※] - 1601 kcal 蛋白質 55.9 g	1人1杯 [※] - 1504 kcal 蛋白質 54.0 g	1人1杯 [※] - 1448 kcal 蛋白質 46.4 g	1人1杯 [※] - 1490 kcal 蛋白質 50.7 g	1人1杯 [※] - 1555 kcal 蛋白質 46.7 g	1人1杯 [※] - 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㈱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				
	玉ねぎのボン酢和え	いんげんのソテー	マカロニソテー				
	1人1杯 - 386 kcal 蛋白質 14.8 g	1人1杯 - 344 kcal 蛋白質 10.1 g	1人1杯 - 389 kcal 蛋白質 8.3 g				
昼食	食塩 1.2 g	食塩 1.2 g	食塩 1.2 g				
	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				
夕食	味噌汁(大根・あげ)		デザート(カクテル缶)				
	1人1杯 - 560 kcal 蛋白質 22.3 g	1人1杯 - 667 kcal 蛋白質 22.3 g	1人1杯 - 536 kcal 蛋白質 17.2 g				
	食塩 1.9 g	食塩 5.2 g	食塩 6.3 g				
	米飯	米飯	米飯				
夕食	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)				
単品小	1人1杯 - 452 kcal 蛋白質 13.8 g	1人1杯 - 593 kcal 蛋白質 27.4 g	1人1杯 - 698 kcal 蛋白質 15.5 g				
	食塩 1.9 g	食塩 3.9 g	食塩 2.7 g				
	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				
	1人1杯 - 26 kcal 蛋白質 1.8 g	1人1杯 - 54 kcal 蛋白質 1.8 g	1人1杯 - 20 kcal 蛋白質 1.0 g				
単品デ	食塩 0.8 g	食塩 0.5 g	食塩 0.4 g				
	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人1杯 - 52 kcal 蛋白質 0.0 g	1人1杯 - 51 kcal 蛋白質 0.0 g	1人1杯 - 50 kcal 蛋白質 0.0 g				
	食塩 0.3 g	食塩 0.3 g	食塩 0.3 g				
	1人1杯 - 1476 kcal 蛋白質 52.7 g	1人1杯 - 1709 kcal 蛋白質 61.6 g	1人1杯 - 1693 kcal 蛋白質 42.0 g				
	食塩 6.1 g	食塩 11.1 g	食塩 10.9 g				