

月間献立予定表（惣菜）

デリケア備菜工場

日付	朝食	昼食	夕食	小鉢
				デザート
5/1 (金)	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 鶏肉の唐揚げ・ 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 陽活茶(リ(カ)イイイ)
5/2 (土)	米飯 ハムエッグ・ チンゲン菜の塩だれ炒め	米飯 肉団子の和風きのこあん いんげんの胡麻和え 味噌汁(大根・あげ)	米飯 カレイの味噌マヨやき ほうれん草の和え物 大豆のそぼろ煮 清し汁(はくさい・わかめ)	ひじきの煮物 陽活茶(抹茶)
5/3 (日)	米飯 ワイ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 鶏ごぼう汁と野菜の炊き合わせ カリフラワーのチーズ和え 菜の花のソテー 味噌汁(里芋・しめじ)	金平ごぼう 陽活茶(リ(カ)イ)
5/4 (月)	米飯 きのこソテー はくさいのポン酢和え	ビビンバ丼(牛豚)・ フロッコリーの和え物 味噌汁(えのき・人参)	米飯 タラのチリソースかけ・ オクラの和え物 かぼちゃの煮物 中華スープ(青菜・椎茸)	ピーマンとちくわの甘辛炒め 陽活茶(リ(カ)ット)
5/5 (火)	米飯 卵とじ キャベツの炒め物	ゆかりご飯 きつねにゅうめん 茄子のそぼろ煮 デザート(ハイン缶)	米飯 豚肉のガーリックバター炒め・ 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 陽活茶(リ(紅)茶)
5/6 (水)	米飯 肉団子のコンソメ煮 オニオンサラダ	米飯 唐揚げと里芋の煮物 もずく和え 味噌汁(玉ねぎ・わかめ)	米飯 鶏肉の天ぷら味噌だれ・ チンゲン菜のからし和え カリフラワーのソテー 清し汁(大根・人参)	ミニお好み焼き 陽活茶(リ(マン)ゴー)
5/7 (木)	米飯 ピーマンのソテー マカロニサラダ	米飯 海老と卵の炒め物と風あん・ 揚げない大学いも 味噌汁(青菜・椎茸)	米飯 メルルーサの西京やき 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 陽活茶(リ(青)りんご)
5/8 (金)	米飯 厚焼き卵 チンゲン菜の炒め物	米飯 寄せ鍋(豚) 小松菜のおかか和え デザート(カクテル缶)	米飯 白身魚の香り揚げ・ 味噌汁(じゃこ・大豆) ポテトサラダ 清し汁(えのき・わかめ)	いとこ煮 陽活茶(リ(巨)峰)
5/9 (土)	米飯 和風スバゲティ・ ひじきサラダ	米飯 鶏肉の照り焼き ほうれん草のピーナツ和え 味噌汁(しめじ・玉ねぎ)	ピラフ ホトフ 菜の花のガーリックソテー オニオンサラダ	がんもの煮物 陽活茶(リ(ピー)チ)
5/10 (日)	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	散らし寿司 小松菜の和え物 味噌汁(里芋・あげ)	米飯 グリルチキン野菜ソース きのこソテー 大根のピクルス 味噌汁(じゃがいも・人参)	炒り豆腐 陽活茶(リ(お)ツ)
5/11 (月)	米飯 ピーマンの炒め物 大根サラダ	米飯 肉巻きフライ・ 春雨の中華和え 味噌汁(しめじ・わかめ)	米飯 木の葉とじ・ チンゲン菜のナムル 高野豆腐の煮物 味噌汁(玉ねぎ・人参)	カリフラワーのソテー 陽活茶(リ(カ)イイイ)
5/12 (火)	米飯 ベーコンエッグ・ 小松菜の炒め物	米飯 豚じゃが 菜の花のおかか和え 味噌汁(はくさい・あげ)	米飯 あじの焼き南蛮漬け・ 蒸ししゅうまい いんげんの和え物 味噌汁(青菜・里芋)	大豆桜えび 陽活茶(抹茶)
5/13 (水)	米飯 温野菜サラダ 大根とひき肉の甘辛炒め	コーンライス ◆あさりと春野菜のスープパスタ パプリカのマリネ デザート(ハイン缶)	米飯 豚肉のオイスターソース炒め・ オクラの胡麻和え ほうれん草のお浸し 味噌汁(えのき・わかめ)	フロッコリーの炒め物 陽活茶(リ(カ)イ)
5/14 (木)	米飯 シャーマンポテト 菜の花の塩だれ炒め	米飯 ピーマン肉詰めフライ・ 人参しりしり 味噌汁(里芋・大根)	米飯 カリバタチキン・ 茄子の煮物 きゅうりとしらすの酢の物 味噌汁(青菜・あげ)	チンゲン菜の磯辺和え 陽活茶(リ(カ)ット)
5/15 (金)	米飯 スクランブルエッグ・ のり塩ポテト	米飯 肉豆腐(豚) 小松菜の和え物 味噌汁(椎茸・わかめ)	米飯 海老チリ・ チョレキサラダ カリフラワーのソテー 中華スープ	金平ごぼう 陽活茶(リ(紅)茶)

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
5/16 (土)	米飯 肉団子のコンソメ煮 マカロニサラダ	米飯 鶏とポテトのケチャップ和え・ ピーマンのおかか煮 味噌汁(里芋・玉ねぎ)	米飯 メバルの幽庵やき 切干大根の煮物 ほうれん草のお浸し 味噌汁(はくさい・あげ)	春雨の中華和え 陽活茶(マンゴー)
5/17 (日)	米飯 ブロッコリーの胡麻和え かぼちゃの煮物	オムライスクリームソース スナッフえんどうの炒め物 コンソメスープ	米飯 さばの味噌煮・ チンゲン菜の香味和え キャベツのソテー 清し汁(豆腐)	オニオンサラダ 陽活茶(青りんご)
5/18 (月)	米飯 温野菜サラダ れんこんの炒め煮	米飯 豆腐の卵きのこあんかけ 小松菜のお浸し 味噌汁(はくさい・わかめ)	米飯 ハンバーグ・ パプリカのマリネ 菜の花のカーリックソテー コンソメスープ	揚げない大学いも 陽活茶(巨峰)
5/19 (火)	米飯 さつまいもサラダ いんげんの炒め物	米飯 タラと野菜のごまだれかけ・ 茄子の煮物 味噌汁(えのき・じゃがいも)	米飯 芋子煮(豚) ひじきの煮物 オクラの和え物 味噌汁(青菜・大根)	ほうれん草のかき醤油和え 陽活茶(ピーチ)
5/20 (水)	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 おでん きゅうりの浅漬け 味噌汁(里芋・玉ねぎ)	米飯 白身魚の揚げ浸し・ ナポリタン・ はくさいのごま油和え 味噌汁(しめじ・人参)	じゃこピーマン 陽活茶(おろし)
5/21 (木)	米飯 ハムエッグ・ 玉ねぎのボン酢和え	米飯 あじのなめろうフライ・ もずく和え 味噌汁(玉ねぎ・わかめ)	米飯 豚肉の照りマヨ炒め・ 里芋の煮物 菜の花のおかか和え 味噌汁(大根・あげ)	人参しりしり 陽活茶(ワケイファイ)
5/22 (金)	米飯 チキンボールのコンソメ煮 ピーマンのソテー	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(抹茶)
5/23 (土)	米飯 菜の花の炒め物 マカロニソテー	米飯 ちゃんぽん(豚) 大根の煮物 デザート(カクテル缶)	米飯 ビーフカツ・ 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(ワケイファイ)
5/24 (日)	米飯 卵とじ じゃがいもの炒め物	米飯 鶏肉と野菜の炒め煮・ チンゲン菜のお浸し 味噌汁(里芋・玉ねぎ)	米飯 カレイの南部やき しらすのおろし和え かぼちゃの煮物 味噌汁(あげ・わかめ)	きのご炒り豆腐 陽活茶(マカッサ)
5/25 (月)	米飯 きゅうりとツナの和え物 和風スパゲティ	米飯 豚バラ大根 菜の花のからし和え 味噌汁(玉ねぎ・わかめ)	米飯 白身魚の竜田揚げ・ スナッフえんどうの炒め物 オニオンサラダ 味噌汁(椎茸・あげ)	ブロッコリーの塩だれ炒め 陽活茶(紅茶)
5/26 (火)	米飯 スクランブルエッグ・ カリフラワーのサラダ	米飯 マスのちゃんちゃん焼き・ がんもの煮物 清し汁(青菜・人参)	米飯 肉団子入りクリームシチュー 小松菜の胡麻和え きのこと金平 デザート(パイン缶)	オクラのかき醤油和え 陽活茶(マンゴー)
5/27 (水)	米飯 厚焼き卵 ブロッコリーのソテー	揚げとひじきの散らし寿司 味噌じゃこ大豆 清し汁(えのき・わかめ)	米飯 豚肉のカレー炒め・ マカロニサラダ・ 切干大根の煮物 味噌汁(里芋・キャベツ)	ほうれん草のお浸し 陽活茶(青りんご)
5/28 (木)	米飯 大根サラダ こぼうの甘辛炒め	米飯 鶏肉のオレンジマーマレード焼き いとこ煮 味噌汁(玉ねぎ・人参)	米飯 白身魚フライ・ 卵の花 チンゲン菜の和え物 味噌汁(青菜・しめじ)	パプリカのピクルス 陽活茶(巨峰)
5/29 (金)	米飯 菜の花のソテー ポテトサラダ	炊き込み炒飯 水ぎょうざ キャベツのザーサイ和え	米飯 赤魚の煮つけ ほうれん草のからし和え れんこんの炒め物 味噌汁(玉ねぎ・あげ)	春雨の中華和え 陽活茶(ピーチ)
5/30 (土)	米飯 ワインナーのコンソメ煮 きゅうりのドレッシング和え	米飯 すき焼きコロッケ・ オクラの和え物 清し汁(椎茸・わかめ)	米飯 豆腐チャンフルー(豚)・ 小松菜のお浸し 蒸ししゅうまい 味噌汁(大根・人参)	さつまいもの煮物 陽活茶(おろし)
5/31 (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(豚) 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)	カリフラワーのマヨネーズ和え 陽活茶(ワケイファイ)

〈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 : 2026年5月1日(金) ~ 2026年5月7日(木)

	金 1	土 2	日 3	月 4	火 5	水 6	木 7
朝食	米飯 カリフラワーの炒め物 さつまいもサラダ	米飯 ハムエッグ・ チンゲン菜の塩だれ炒め	米飯 ウインナーのコンソメ煮 温野菜サラダ	米飯 きのこソテー はくさいのポン酢和え	米飯 卵とじ キャベツの炒め物	米飯 肉団子のコンソメ煮 オニオンサラダ	米飯 ピーマンのソテー マカロニサラダ
	エネルギー 424 kcal 蛋白質 6.2 g 食塩 0.8 g	エネルギー 391 kcal 蛋白質 12.2 g 食塩 0.9 g	エネルギー 344 kcal 蛋白質 6.6 g 食塩 1.1 g	エネルギー 298 kcal 蛋白質 6.4 g 食塩 0.9 g	エネルギー 380 kcal 蛋白質 12.0 g 食塩 0.9 g	エネルギー 347 kcal 蛋白質 9.1 g 食塩 1.0 g	エネルギー 386 kcal 蛋白質 6.8 g 食塩 0.8 g
	昼食	米飯 豚肉の生姜炒め・ ねぎ焼き 味噌汁(青菜・あげ)	米飯 肉団子の和風きのこあん いんげんの胡麻和え 味噌汁(大根・あげ)	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)	ピビンバ丼(牛豚)・ ブロッコリーの和え物 味噌汁(えのき・人参)	ゆかりご飯 きつねにゆうめん 茄子のそぼろ煮 デザート(パイン缶)	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)
エネルギー 523 kcal 蛋白質 19.2 g 食塩 2.2 g		エネルギー 481 kcal 蛋白質 16.5 g 食塩 3.0 g	エネルギー 513 kcal 蛋白質 18.9 g 食塩 1.6 g	エネルギー 541 kcal 蛋白質 17.0 g 食塩 3.3 g	エネルギー 594 kcal 蛋白質 15.2 g 食塩 5.2 g	エネルギー 477 kcal 蛋白質 17.1 g 食塩 2.6 g	エネルギー 606 kcal 蛋白質 19.8 g 食塩 3.0 g
夕食		米飯 鶏肉の唐揚げ・ 小松菜のお浸し じゃこピーマン 味噌汁(玉ねぎ・わかめ)	米飯 カレイの味噌マヨやき ほうれん草の和え物 大豆のそぼろ煮 清し汁(はくさい・わかめ)	米飯 鶏ごぼう(刈)と野菜の炊き合わせ カリフラワーのチーズ和え 菜の花のソテー 味噌汁(里芋・しめじ)	米飯 タラのチリソースかけ・ オクラの和え物 かぼちやの煮物 中華スープ(青菜・椎茸)	米飯 豚肉のガーリックバター炒め・ 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)	米飯 鶏肉の天ぷら味噌だれ・ チンゲン菜のからし和え カリフラワーのソテー 清し汁(大根・人参)
	エネルギー 541 kcal 蛋白質 27.4 g 食塩 2.3 g	エネルギー 513 kcal 蛋白質 27.1 g 食塩 3.9 g	エネルギー 470 kcal 蛋白質 19.6 g 食塩 2.8 g	エネルギー 432 kcal 蛋白質 19.1 g 食塩 3.9 g	エネルギー 537 kcal 蛋白質 20.7 g 食塩 3.6 g	エネルギー 618 kcal 蛋白質 27.6 g 食塩 2.7 g	エネルギー 397 kcal 蛋白質 20.0 g 食塩 3.5 g
	単品小	きゅうりの梅肉和え エネルギー 17 kcal 蛋白質 0.8 g 食塩 0.9 g	ひじきの煮物 エネルギー 55 kcal 蛋白質 1.3 g 食塩 0.6 g	金平ごぼう エネルギー 61 kcal 蛋白質 0.9 g 食塩 0.4 g	ピーマンとちくわの甘辛炒め エネルギー 63 kcal 蛋白質 1.7 g 食塩 0.6 g	きゅうりの浅漬け エネルギー 12 kcal 蛋白質 0.4 g 食塩 0.8 g	ミニお好み焼き エネルギー 33 kcal 蛋白質 1.1 g 食塩 0.4 g
単品デ		腸活ゼリー(ソルティイチ) エネルギー 38 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	腸活ゼリー(抹茶) エネルギー 55 kcal 蛋白質 0.1 g 食塩 0.3 g	腸活ゼリー(グアバ) エネルギー 51 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	腸活ゼリー(マスカット) エネルギー 52 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	腸活ゼリー(紅茶) エネルギー 35 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	腸活ゼリー(マンゴー) エネルギー 49 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g
	エネルギー 1543 kcal 蛋白質 53.6 g 食塩 6.5 g	エネルギー 1495 kcal 蛋白質 57.2 g 食塩 8.7 g	エネルギー 1439 kcal 蛋白質 46.0 g 食塩 6.2 g	エネルギー 1386 kcal 蛋白質 44.2 g 食塩 9.0 g	エネルギー 1558 kcal 蛋白質 48.3 g 食塩 10.8 g	エネルギー 1524 kcal 蛋白質 54.9 g 食塩 7.0 g	エネルギー 1461 kcal 蛋白質 47.6 g 食塩 8.0 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 : 2026年5月8日(金) ~ 2026年5月14日(木)

	金 8	土 9	日 10	月 11	火 12	水 13	木 14	
朝食	米飯 厚焼き卵 チンゲン菜の炒め物	米飯 和風スパゲティ・ ひじきサラダ	米飯 スナックえんどうのソテー キャベツのドレッシング和え	米飯 ピーマンの炒め物 大根サラダ	米飯 ベーコンエッグ・ 小松菜の炒め物	米飯 温野菜サラダ 大根とひき肉の甘辛炒め	米飯 ジャーマンポテト 菜の花の塩だれ炒め	
	エネルギー 333 kcal 蛋白質 8.8 g 食塩 1.0 g	エネルギー 399 kcal 蛋白質 7.8 g 食塩 0.9 g	エネルギー 328 kcal 蛋白質 7.8 g 食塩 0.9 g	エネルギー 336 kcal 蛋白質 6.8 g 食塩 0.9 g	エネルギー 409 kcal 蛋白質 13.2 g 食塩 0.9 g	エネルギー 355 kcal 蛋白質 6.1 g 食塩 0.7 g	エネルギー 407 kcal 蛋白質 8.2 g 食塩 1.5 g	
	昼食	米飯 寄せ鍋(豚) 小松菜のおかか和え デザート(カクテル缶)	米飯 鶏肉の照り焼き ほうれん草のピーナツ和え 味噌汁(しめじ・玉ねぎ)	散らし寿司 小松菜の和え物 味噌汁(里芋・あげ)	米飯 肉巻きフライ・ 春雨の中華和え 味噌汁(しめじ・わかめ)	米飯 豚じゃが 菜の花のおかか和え 味噌汁(はくさい・あげ)	コーンライス ◆あさりと春野菜のスープパスタ パプリカのマリネ デザート(パイン缶)	米飯 ピーマン肉詰めフライ・ 人参しりしり 味噌汁(里芋・大根)
		エネルギー 436 kcal 蛋白質 18.0 g 食塩 3.2 g	エネルギー 601 kcal 蛋白質 25.6 g 食塩 2.6 g	エネルギー 412 kcal 蛋白質 12.7 g 食塩 4.1 g	エネルギー 470 kcal 蛋白質 14.4 g 食塩 2.3 g	エネルギー 466 kcal 蛋白質 18.0 g 食塩 2.5 g	エネルギー 555 kcal 蛋白質 15.4 g 食塩 5.4 g	エネルギー 519 kcal 蛋白質 11.3 g 食塩 2.2 g
夕食	米飯 白身魚の香り揚げ・ 味噌じゃこ大豆 ポテトサラダ 清し汁(えのき・わかめ)	ピラフ ポトフ 菜の花のガーリックソテー オニオンサラダ	米飯 グリルチキン野菜ソース きのこソテー 大根のピクルス 味噌汁(じゃがいも・人参)	米飯 木の葉とじ・ チンゲン菜のナムル 高野豆腐の煮物 味噌汁(玉ねぎ・人参)	米飯 あじの焼き南蛮漬け・ 蒸ししゅうまい いんげんの和え物 味噌汁(青菜・里芋)	米飯 豚肉のオイスターソース炒め・ オクラの胡麻和え ほうれん草のお浸し 味噌汁(えのき・わかめ)	米飯 ガリパタチキン・ 茄子の煮物 きゅうりとしらすの酢の物 味噌汁(青菜・あげ)	
	エネルギー 678 kcal 蛋白質 25.3 g 食塩 2.4 g	エネルギー 519 kcal 蛋白質 17.2 g 食塩 4.6 g	エネルギー 628 kcal 蛋白質 24.3 g 食塩 3.0 g	エネルギー 489 kcal 蛋白質 19.3 g 食塩 3.7 g	エネルギー 514 kcal 蛋白質 19.7 g 食塩 3.2 g	エネルギー 564 kcal 蛋白質 21.1 g 食塩 4.5 g	エネルギー 541 kcal 蛋白質 22.5 g 食塩 3.5 g	
単品小	いとこ煮 エネルギー 76 kcal 蛋白質 2.0 g 食塩 0.7 g	がんもの煮物 エネルギー 56 kcal 蛋白質 2.4 g 食塩 0.6 g	炒り豆腐 エネルギー 66 kcal 蛋白質 4.9 g 食塩 0.6 g	カリフラワーのソテー エネルギー 62 kcal 蛋白質 2.7 g 食塩 0.5 g	大豆桜えび エネルギー 76 kcal 蛋白質 6.9 g 食塩 0.8 g	ブロッコリーの炒め物 エネルギー 52 kcal 蛋白質 3.0 g 食塩 0.4 g	チンゲン菜の磯辺和え エネルギー 17 kcal 蛋白質 0.9 g 食塩 0.8 g	
	腸活ゼリー(巨峰) エネルギー 51 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	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	腸活ゼリー(オレンジ) エネルギー 50 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	腸活ゼリー(カルifornia) エネルギー 38 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	腸活ゼリー(抹茶) エネルギー 55 kcal 蛋白質 0.1 g 食塩 0.3 g	腸活ゼリー(グアバ) エネルギー 51 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	腸活ゼリー(マスカット) エネルギー 52 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	
単品デ	エネルギー 1574 kcal 蛋白質 54.1 g 食塩 7.6 g	エネルギー 1626 kcal 蛋白質 53.0 g 食塩 9.0 g	エネルギー 1484 kcal 蛋白質 49.7 g 食塩 8.9 g	エネルギー 1395 kcal 蛋白質 43.2 g 食塩 7.7 g	エネルギー 1520 kcal 蛋白質 57.9 g 食塩 7.7 g	エネルギー 1577 kcal 蛋白質 45.6 g 食塩 11.3 g	エネルギー 1536 kcal 蛋白質 42.9 g 食塩 8.3 g	

〈献立表〉

現場 : デリケア(株)茨木工場

献立種類 : 惣菜(通常/A)

年月日 : 2026年5月15日(金) ~ 2026年5月21日(木)

	金 15	土 16	日 17	月 18	火 19	水 20	木 21
朝食	米飯 スクランブルエッグ・ のり塩ポテト	米飯 肉団子のコンソメ煮 マカロニサラダ	米飯 ブロッコリーの胡麻和え かぼちゃの煮物	米飯 温野菜サラダ れんこんの炒め煮	米飯 さつまいもサラダ いんげんの炒め物	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 ハムエッグ・ 玉ねぎのポン酢和え
	エネルギー 381 kcal 蛋白質 11.7 g 食塩 0.6 g	エネルギー 401 kcal 蛋白質 8.5 g 食塩 0.8 g	エネルギー 318 kcal 蛋白質 6.5 g 食塩 1.3 g	エネルギー 321 kcal 蛋白質 5.0 g 食塩 0.7 g	エネルギー 427 kcal 蛋白質 6.5 g 食塩 0.8 g	エネルギー 314 kcal 蛋白質 6.0 g 食塩 1.1 g	エネルギー 384 kcal 蛋白質 13.9 g 食塩 0.9 g
	昼食	米飯 肉豆腐(豚) 小松菜の和え物 味噌汁(椎茸・わかめ)	米飯 鶏とポテトのケチャップ和え・ ピーマンのおかか煮 味噌汁(里芋・玉ねぎ)	オムライスクリームソース スナッペンえんどうの炒め物 コンソメスープ	米飯 豆腐の卵きのこあんかけ 小松菜のお浸し 味噌汁(はくさい・わかめ)	米飯 タラと野菜のごまだれかけ・ 茄子の煮物 味噌汁(えのき・じゃがいも)	米飯 おでん きゅうりの浅漬け 味噌汁(里芋・玉ねぎ)
エネルギー 513 kcal 蛋白質 22.5 g 食塩 2.8 g		エネルギー 515 kcal 蛋白質 15.0 g 食塩 2.5 g	エネルギー 481 kcal 蛋白質 12.7 g 食塩 3.8 g	エネルギー 475 kcal 蛋白質 20.5 g 食塩 3.7 g	エネルギー 422 kcal 蛋白質 19.1 g 食塩 2.4 g	エネルギー 429 kcal 蛋白質 15.9 g 食塩 3.8 g	エネルギー 397 kcal 蛋白質 10.8 g 食塩 1.6 g
夕食		米飯 海老チリ・ チョレギサラダ カリフラワーのソテー 中華スープ	米飯 メバルの幽庵やき 切干大根の煮物 ほうれん草のお浸し 味噌汁(はくさい・あげ)	米飯 さばの味噌煮・ チンゲン菜の香味和え キャベツのソテー 清し汁(豆腐)	米飯 ハンバーグ・ パプリカのマリネ 菜の花のガーリックソテー コーンスープ	米飯 芋子煮(豚) ひじきの煮物 オクラの和え物 味噌汁(青菜・大根)	米飯 白身魚の揚げ浸し・ ナポリタン・ はくさいのごま油和え 味噌汁(しめじ・人参)
	エネルギー 544 kcal 蛋白質 13.3 g 食塩 3.7 g	エネルギー 443 kcal 蛋白質 20.1 g 食塩 2.8 g	エネルギー 519 kcal 蛋白質 21.7 g 食塩 3.8 g	エネルギー 587 kcal 蛋白質 17.3 g 食塩 4.0 g	エネルギー 533 kcal 蛋白質 18.6 g 食塩 3.9 g	エネルギー 613 kcal 蛋白質 21.6 g 食塩 3.0 g	エネルギー 595 kcal 蛋白質 21.2 g 食塩 2.6 g
	単品小	金平ごぼう エネルギー 106 kcal 蛋白質 1.9 g 食塩 0.6 g	春雨の中華和え エネルギー 52 kcal 蛋白質 1.3 g 食塩 0.6 g	オニオンサラダ エネルギー 42 kcal 蛋白質 1.3 g 食塩 0.4 g	揚げない大学いも エネルギー 118 kcal 蛋白質 0.8 g 食塩 0.4 g	ほうれん草のかき醤油和え エネルギー 24 kcal 蛋白質 1.7 g 食塩 0.8 g	じゃこピーマン エネルギー 47 kcal 蛋白質 1.7 g 食塩 0.5 g
単品デ		腸活ゼリー(紅茶) エネルギー 35 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	腸活ゼリー(マンゴー) エネルギー 49 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	腸活ゼリー(青りんご) エネルギー 52 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	腸活ゼリー(巨峰) エネルギー 51 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	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	腸活ゼリー(オレンジ) エネルギー 50 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g
	エネルギー 1579 kcal 蛋白質 49.4 g 食塩 8.0 g	エネルギー 1460 kcal 蛋白質 44.9 g 食塩 7.0 g	エネルギー 1412 kcal 蛋白質 42.2 g 食塩 9.6 g	エネルギー 1552 kcal 蛋白質 43.6 g 食塩 9.1 g	エネルギー 1457 kcal 蛋白質 45.9 g 食塩 8.2 g	エネルギー 1453 kcal 蛋白質 45.2 g 食塩 8.7 g	エネルギー 1469 kcal 蛋白質 47.6 g 食塩 5.7 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 : 2026年5月22日(金) ~ 2026年5月28日(木)

	金 22	土 23	日 24	月 25	火 26	水 27	木 28
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	菜の花の炒め物	卵とじ	きゅうりとツナの和え物	スクランブルエッグ・	厚焼き卵	大根サラダ
	ピーマンのソテー	マカロニソテー	じゃがいもの炒め物	和風スパゲティ・	カリフラワーのサラダ	ブロッコリーのソテー	ごぼうの甘辛炒め
	エネルギー 345 kcal 蛋白質 8.8 g 食塩 1.2 g	エネルギー 397 kcal 蛋白質 8.5 g 食塩 1.1 g	エネルギー 401 kcal 蛋白質 12.7 g 食塩 1.0 g	エネルギー 353 kcal 蛋白質 7.4 g 食塩 1.1 g	エネルギー 386 kcal 蛋白質 13.1 g 食塩 0.7 g	エネルギー 345 kcal 蛋白質 10.1 g 食塩 1.1 g	エネルギー 359 kcal 蛋白質 7.5 g 食塩 1.0 g
昼食	キーマカレー	米飯	米飯	米飯	米飯	揚げとひじきの散らし寿司	米飯
	きゅうりのピクルス	ちゃんぽん(豚)	鶏肉と野菜の炒め煮・	豚バラ大根	マスのちゃんちゃん焼き・	味噌じゃこ大豆	鶏肉のオレンジマーマレード焼き
	コンソメスープ	大根の煮物	チンゲン菜のお浸し	菜の花のからし和え	がんもの煮物	清し汁(えのき・わかめ)	いとこ煮
	デザート(カクテル缶)	味噌汁(里芋・玉ねぎ)	味噌汁(玉ねぎ・わかめ)	味噌汁(青菜・人参)	味噌汁(玉ねぎ・人参)		
エネルギー 667 kcal 蛋白質 19.6 g 食塩 5.5 g	エネルギー 555 kcal 蛋白質 15.4 g 食塩 5.8 g	エネルギー 455 kcal 蛋白質 20.4 g 食塩 2.6 g	エネルギー 574 kcal 蛋白質 18.3 g 食塩 2.7 g	エネルギー 475 kcal 蛋白質 19.9 g 食塩 2.6 g	エネルギー 487 kcal 蛋白質 15.5 g 食塩 4.4 g	エネルギー 601 kcal 蛋白質 24.0 g 食塩 3.3 g	
夕食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	鶏肉の西京焼き	ビーフカツ・	カレイの南部やき	白身魚の竜田揚げ・	肉団子入りクリームシチュー	豚肉のカレー炒め・	白身魚フライ・
	小松菜の和え物	ほうれん草のソテー	しらすのおろし和え	スナックえんどうの炒め物	小松菜の胡麻和え	マカロニサラダ・	卵の花
	金平ごぼう	ポテトサラダ	かぼちゃの煮物	オニオンサラダ	きのこ金平	切干大根の煮物	チンゲン菜の和え物
清し汁(青菜・あげ)	味噌汁(しめじ・人参)	味噌汁(あげ・わかめ)	味噌汁(椎茸・あげ)	デザート(パイン缶)	味噌汁(里芋・キャベツ)	味噌汁(青菜・しめじ)	
エネルギー 593 kcal 蛋白質 26.4 g 食塩 3.8 g	エネルギー 654 kcal 蛋白質 16.5 g 食塩 2.7 g	エネルギー 449 kcal 蛋白質 21.4 g 食塩 3.1 g	エネルギー 542 kcal 蛋白質 21.5 g 食塩 2.6 g	エネルギー 625 kcal 蛋白質 16.3 g 食塩 3.9 g	エネルギー 647 kcal 蛋白質 19.6 g 食塩 3.0 g	エネルギー 591 kcal 蛋白質 14.8 g 食塩 3.0 g	
単品小	キャベツの炒め物	オクラの昆布和え	きのこ炒り豆腐	ブロッコリーの塩だれ炒め	オクラのかき醤油和え	ほうれん草のお浸し	パプリカのピクルス
	エネルギー 54 kcal 蛋白質 1.6 g 食塩 0.5 g	エネルギー 20 kcal 蛋白質 1.0 g 食塩 0.4 g	エネルギー 35 kcal 蛋白質 2.5 g 食塩 0.4 g	エネルギー 49 kcal 蛋白質 1.4 g 食塩 0.4 g	エネルギー 33 kcal 蛋白質 2.0 g 食塩 0.7 g	エネルギー 31 kcal 蛋白質 2.2 g 食塩 0.7 g	エネルギー 38 kcal 蛋白質 0.6 g 食塩 0.6 g
単品デ	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)	腸活ゼリー(青りんご)	腸活ゼリー(巨峰)
	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 35 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 1714 kcal 蛋白質 56.5 g 食塩 11.3 g	エネルギー 1677 kcal 蛋白質 41.4 g 食塩 10.3 g	エネルギー 1392 kcal 蛋白質 57.0 g 食塩 7.4 g	エネルギー 1553 kcal 蛋白質 48.6 g 食塩 7.1 g	エネルギー 1568 kcal 蛋白質 51.3 g 食塩 8.2 g	エネルギー 1562 kcal 蛋白質 47.4 g 食塩 9.5 g	エネルギー 1640 kcal 蛋白質 46.9 g 食塩 8.2 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 : 2026年5月29日(金) ~ 2026年6月4日(木)

	金 29	土 30	日 31	月 1	火 2	水 3	木 4
朝食	米飯	米飯	米飯				
	菜の花のソテー	ウインナーのコンソメ煮	ほうれん草の炒め物				
	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				
	エネルギー 381 kcal 蛋白質 6.8 g 食塩 0.7 g	エネルギー 310 kcal 蛋白質 7.0 g 食塩 1.1 g	エネルギー 319 kcal 蛋白質 7.5 g 食塩 0.9 g				
昼食	炊き込み炒飯	米飯	わかめご飯				
	水ぎょうざ	すき焼きコロッケ・	肉うどん(牛)				
	キャベツのザーサイ和え	オクラの和え物 清し汁(椎茸・わかめ)	大豆の煮物 デザート(黄桃缶)				
	エネルギー 499 kcal 蛋白質 16.0 g 食塩 4.1 g	エネルギー 514 kcal 蛋白質 11.3 g 食塩 2.7 g	エネルギー 648 kcal 蛋白質 20.2 g 食塩 6.0 g				
夕食	米飯	米飯	米飯				
	赤魚の煮つけ	豆腐チャンプルー(豚)・	がんもと野菜の炊き合わせ(豚)				
	ほうれん草のからし和え	小松菜のお浸し	もずく和え				
	れんこんの炒め物 味噌汁(玉ねぎ・あげ)	蒸ししゅうまい 味噌汁(大根・人参)	ひじきとピーマンのソテー 味噌汁(キャベツ・あげ)				
	エネルギー 501 kcal 蛋白質 19.2 g 食塩 4.2 g	エネルギー 660 kcal 蛋白質 26.1 g 食塩 3.7 g	エネルギー 503 kcal 蛋白質 18.7 g 食塩 2.6 g				
単品小	春雨の中華和え	さつまいもの煮物	カリフラワーのマヨネーズ和え				
	エネルギー 51 kcal 蛋白質 1.3 g 食塩 0.6 g	エネルギー 77 kcal 蛋白質 0.8 g 食塩 0.3 g	エネルギー 86 kcal 蛋白質 1.2 g 食塩 0.3 g				
単品デ	腸活ゼリー(ピーチ)	腸活ゼリー(オレンジ)	腸活ゼリー(ブルーベリー)				
	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 1483 kcal 蛋白質 43.3 g 食塩 9.9 g	エネルギー 1611 kcal 蛋白質 45.2 g 食塩 8.1 g	エネルギー 1594 kcal 蛋白質 47.6 g 食塩 10.1 g				