

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
6/1 (月)	米飯 卵とじ 温野菜サラダ	米飯 海鮮フライ・ 小松菜の磯辺和え 味噌汁(えのぎ・人参)	米飯 豚肉の炒め物・ いんげんの和え物 茄子の煮物 味噌汁(大根・玉ねぎ)	高野豆腐の煮物 陽活ゼリー(抹茶)
6/2 (火)	米飯 かぼちゃサラダ ピーマンのソテー	米飯 八宝菜(豚) 里芋の煮っころがし 味噌汁(青菜・あげ)	米飯 鶏肉のハニーマスタード焼き 人参しりしり もやしの香味和え 味噌汁(椎茸・大根)	チンゲン菜のお浸し 陽活ゼリー(クアパ)
6/3 (水)	米飯 フロッコリーの炒め物 オニオンサラダ	そぼろ丼(牛豚) 菜の花のピーナツ和え 清し汁(えのぎ・人参)	米飯 タラのトマトソースかけ・ 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 陽活ゼリー(マスクット)
6/4 (木)	米飯 カリフラワーの炒め物 さつまいもサラダ	米飯 鶏肉の天ぷら味噌だれ 小松菜のお浸し 清し汁(しめじ・わかめ)	米飯 豚肉の生姜炒め・ ねぎ焼き きゅうりの梅肉和え 味噌汁(青菜・あげ)	じゃこピーマン 陽活ゼリー(紅茶)
6/5 (金)	米飯 ハムエッグ・ チンゲン菜の塩だれ炒め	米飯 メルルーサの味噌漬けやき 大豆のそぼろ煮 清し汁(椎茸・わかめ)	米飯 肉団子の甘酢あん いんげんの胡麻和え ひじきの煮物 味噌汁(大根・あげ)	ほうれん草の和え物 陽活ゼリー(マンゴー)
6/6 (土)	米飯 ウィンナーのコンソメ煮 温野菜サラダ	米飯 豚肉のトウチジャン炒め・ 菜の花のソテー 味噌汁(里芋・大根)	米飯 白身魚の磯辺揚げ・ きゅうりとわかめの酢の物 金平ごぼう 味噌汁(玉ねぎ・あげ)	カリフラワーのチーズ和え 陽活ゼリー(青りんご)
6/7 (日)	米飯 きのこソテー はくさいのボン酢和え	ポークカレーライス 大根サラダ チンゲン菜のお浸し	米飯 さばの塩やき かぼちゃの煮物 オクラの和え物 味噌汁(青菜・椎茸)	ピーマンとちくわの甘辛炒め 陽活ゼリー(巨峰)
6/8 (月)	米飯 卵とじ キャベツの炒め物	ゆかりご飯 温そうめん 茄子の煮物 デザート(パイン缶)	米飯 鶏ごぼうイカリと野菜の炊き合わせ フロッコリーのおかか和え 小松菜の煮浸し 味噌汁(えのぎ・大根)	きゅうりの浅漬け 陽活ゼリー(ビーチ)
6/9 (火)	米飯 肉団子のコンソメ煮 オニオンサラダ	米飯 鶏肉の天ぷらおろしソース・ チンゲン菜のからし和え 味噌汁(玉ねぎ・人参)	米飯 はくさいと厚揚げの炒め煮・ もずく和え ミニお好み焼き 味噌汁(大根・わかめ)	カリフラワーのソテー 陽活ゼリー(和洋)
6/10 (水)	米飯 ピーマンのソテー マカロニサラダ	米飯 かに玉 揚げない大学いも はるさめスープ	米飯 メバルの照りやき 小松菜のお浸し 大根の煮物 味噌汁(はくさい・あげ)	オクラの昆布和え 陽活ゼリー(リテイイイ)
6/11 (木)	米飯 厚焼き卵 菜の花の炒め物	米飯 白身魚の揚げ物オーロラソース・ 大豆とベーコンのコンソメ煮 味噌汁(椎茸・わかめ)	米飯 味噌鍋(豚) ほうれん草のおかか和え かぼちゃの煮物 デザート(カクテル缶)	大根の浅漬け 陽活ゼリー(抹茶)
6/12 (金)	米飯 いんげんのソテー キャベツのドレッシング和え	米飯 油淋鶏・ 豆腐チャンプルー 味噌汁(じゃがいも・人参)	揚げとひじきの散らし寿司 きのこ金平 チンゲン菜の和え物 味噌汁(里芋・大根)	きゅうりとわかめの酢の物 陽活ゼリー(クアパ)
6/13 (土)	米飯 ベーコンエッグ・ ほうれん草の炒め物	米飯 タラの焼き南蛮漬け・ 蒸ししゅうまい 味噌汁(青菜・あげ)	米飯 芋子煮(豚) 小松菜のピーナツ和え 金時豆煮 味噌汁(はくさい・人参)	オクラの和え物 陽活ゼリー(マスクット)
6/14 (日)	米飯 ピーマンの炒め物 大根サラダ	◆衣笠丼・ カリフラワーのマリネ 味噌汁(青菜・人参)	米飯 牛肉コロッケ・ 春雨の中華和え 人参のソテー 味噌汁(しめじ・わかめ)	高野豆腐の煮物 陽活ゼリー(紅茶)
6/15 (月)	米飯 マカロニソテー オニオンサラダ	米飯 ポトフ ミニメンチカツ・ きゅうりのピクルス	枝豆ご飯 鶏肉カレー照り焼き ほうれん草のおかか和え 味噌汁(里芋・しめじ)	ひじきサラダ 陽活ゼリー(マンゴー)

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
6/16 (火)	米飯 温野菜サラダ ブロッコリーのソテー	米飯 ハイカラそば 大根とひき肉の甘辛炒め デザート(黄桃缶)	米飯 豚肉の味噌炒め・ オクラの胡麻和え ごぼうのソテー 清し汁(えのき・わかめ)	小松菜のお浸し 陽活ゼリー(青りんご)
6/17 (水)	米飯 シャーマンポテト チンゲン菜の塩だれ炒め	米飯 鶏肉のオイスターソース炒め・ 茄子の煮物 味噌汁(青菜・あげ)	米飯 フリ大葉フライ・ 人参しりしり 菜の花の磯辺和え 味噌汁(里芋・大根)	きゅうりとしらすの酢の物 陽活ゼリー(巨峰)
6/18 (木)	米飯 スクランブルエッグ・ のり塩ポテト	米飯 白身魚のチリソースかけ・ チョレギサラダ ワタンスープ	米飯 肉豆腐(牛) カリフラワーのソテー ほうれん草の和え物 味噌汁(椎茸・わかめ)	れんこん金平 陽活ゼリー(ピーチ)
6/19 (金)	米飯 スパゲティサラダ 肉団子のコンソメ煮	米飯 カレイの幽庵やき 切干大根の煮物 味噌汁(里芋・玉ねぎ)	米飯 酢鶏・ 春雨の中華和え 茄子の煮物 清し汁(はくさい・あげ)	小松菜のお浸し 陽活ゼリー(和梨)
6/20 (土)	米飯 いんげんの炒め物 オニオンサラダ	米飯 ポークハヤシライス きゅうりのピクルス じゃがいもの炒め物	米飯 メバルの煮つけ 菜の花のからし和え キャベツのソテー 味噌汁(豆腐)	ほうれん草のピーナツ和え 陽活ゼリー(ワルティライイ)
6/21 (日)	米飯 大豆とベーコンのコンソメ煮 ピーマンの炒め物	米飯 筑前煮(鶏) ひじきの煮物 味噌汁(青菜・えのき)	米飯 和風おろしハンバーグ・ 茄子のおかか煮 チンゲン菜のかき醤油和え コンソメスープ	オクラの和え物 陽活ゼリー(抹茶)
6/22 (月)	米飯 温野菜サラダ ごぼうの炒め煮	米飯 マスのムニエル・ パプリカのマリネ コンソメスープ	米飯 豆腐チャンプルー(ツナ)・ 揚げない大学いも ほうれん草のお浸し 味噌汁(はくさい・わかめ)	菜の花のガーリックソテー 陽活ゼリー(グアバ)
6/23 (火)	米飯 カリフラワーのクリーム煮 小松菜のソテー	米飯 あじの揚げ浸し・ チホリタン・ 味噌汁(青菜・人参)	米飯 おでん はくさいの浅漬 じゃこピーマン 味噌汁(じゃがいも・玉ねぎ)	きゅうりのごま油和え 陽活ゼリー(マスクット)
6/24 (水)	米飯 ハムエッグ・ 玉ねぎのボン酢和え	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 チーズチキンカツ・ 人参しりしり もずく和え 味噌汁(玉ねぎ・わかめ)	チンゲン菜のおかか和え 陽活ゼリー(紅茶)
6/25 (木)	米飯 チキンボールのコンソメ煮 ピーマンのソテー	米飯 肉じゃが(牛) キャベツのザーサイ和え 味噌汁(大根・椎茸)	米飯 鶏肉の梅肉ソースかけ ほうれん草の和え物 きのこ炒り豆腐 味噌汁(青菜・あげ)	茄子の炒め物 陽活ゼリー(マンゴー)
6/26 (金)	米飯 チンゲン菜の炒め物 マカロニソテー	米飯 豚肉の炒め物・ 里芋の煮物 味噌汁(大根・あげ)	米飯 ミンチカツ・ 小松菜のソテー ポテトサラダ 味噌汁(しめじ・人参)	オクラの昆布和え 陽活ゼリー(青りんご)
6/27 (土)	米飯 卵とじ じゃがいもの炒め物	米飯 ホキの西京やき 大根の胡麻酢和え 清し汁(あげ・わかめ)	米飯 鶏肉の塩だれ炒め煮・ 菜の花のお浸し いとこ煮 味噌汁(里芋・えのき)	れんこん金平 陽活ゼリー(巨峰)
6/28 (日)	米飯 和風スパゲティ・ きゅうりとツナの和え物	米飯 白身魚の揚げ物 いんげんの炒め物 味噌汁(椎茸・あげ)	米飯 真沢山豚汁 チンゲン菜のからし和え 厚焼き卵 デザート(カクテル缶)	オニオンサラダ 陽活ゼリー(ピーチ)
6/29 (月)	米飯 ベーコンエッグ・ カリフラワーのサラダ	米飯 クリームシチュー(鶏) ほうれん草の胡麻和え きのこソテー	米飯 カレイの照りやき オクラのかき醤油和え がんもの煮物 味噌汁(青菜・人参)	茄子のマリネ 陽活ゼリー(和梨)
6/30 (火)	米飯 卵とじ ブロッコリーのソテー	米飯 ポークチャップ・ マカロニサラダ・ 味噌汁(里芋・キャベツ)	かにかま入り散らし寿司 小松菜のお浸し 金時豆煮 清し汁(えのき・わかめ)	切干大根の煮物 陽活ゼリー(ワルティライイ)

〈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6月1日(月) ~ 2026年6月7日(日)

	月 1	火 2	水 3	木 4	金 5	土 6	日 7
朝食	米飯 卵とじ 温野菜サラダ	米飯 かぼちゃサラダ ピーマンのソテー	米飯 ブロッコリーの炒め物 オニオンサラダ	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
	エネルギー 408 kcal 蛋白質 12.4 g 食塩 0.9 g	エネルギー 404 kcal 蛋白質 6.0 g 食塩 0.8 g	エネルギー 328 kcal 蛋白質 7.0 g 食塩 0.8 g	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
昼食	米飯 海鮮フライ・ 小松菜の磯辺和え 味噌汁(えのき・人参)	米飯 八宝菜(豚) 里芋の煮っころがし 味噌汁(青菜・あげ)	そばろ丼(牛豚) 菜の花のピーナツ和え 清し汁(えのき・人参)	米飯 鶏肉の天ぷら味噌だれ 小松菜のお浸し 清し汁(しめじ・わかめ)	米飯 メルルーサの味噌漬けやき 大豆のそばろ煮 清し汁(椎茸・わかめ)	米飯 豚肉のトウチジャン炒め・ 菜の花のソテー 味噌汁(里芋・大根)	ポークカレーライス 大根サラダ チンゲン菜のお浸し
	エネルギー 423 kcal 蛋白質 10.7 g 食塩 2.8 g	エネルギー 512 kcal 蛋白質 16.1 g 食塩 3.4 g	エネルギー 640 kcal 蛋白質 24.4 g 食塩 2.8 g	エネルギー 529 kcal 蛋白質 25.8 g 食塩 2.1 g	エネルギー 428 kcal 蛋白質 23.5 g 食塩 2.9 g	エネルギー 562 kcal 蛋白質 20.2 g 食塩 2.6 g	エネルギー 591 kcal 蛋白質 18.0 g 食塩 4.1 g
夕食	米飯 豚肉の炒め物・ いんげんの和え物 茄子の煮物 味噌汁(大根・玉ねぎ)	米飯 鶏肉のハニーマスタード焼き 人参しりしり もやしの香味和え 味噌汁(椎茸・大根)	米飯 タラのトマトソースかけ・ 大根のピクルス じゃがいものソテー コンソメスープ	米飯 豚肉の生姜炒め・ ねぎ焼き きゅうりの梅肉和え 味噌汁(青菜・あげ)	米飯 肉団子の甘酢あん いんげんの胡麻和え ひじきの煮物 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 金平ごぼう 味噌汁(玉ねぎ・あげ)	米飯 さばの塩焼き かぼちゃの煮物 オクラの和え物 味噌汁(青菜・椎茸)
	エネルギー 570 kcal 蛋白質 20.2 g 食塩 3.0 g	エネルギー 554 kcal 蛋白質 25.8 g 食塩 2.8 g	エネルギー 481 kcal 蛋白質 17.9 g 食塩 3.2 g	エネルギー 539 kcal 蛋白質 20.0 g 食塩 2.9 g	エネルギー 606 kcal 蛋白質 17.6 g 食塩 4.2 g	エネルギー 574 kcal 蛋白質 19.8 g 食塩 2.0 g	エネルギー 479 kcal 蛋白質 21.0 g 食塩 3.1 g
単品小	高野豆腐の煮物	チンゲン菜のお浸し	れんこん金平	じゃこピーマン	ほうれん草の和え物	カリフラワーのチーズ和え	ピーマンとちくわの甘辛炒め
	エネルギー 48 kcal 蛋白質 2.9 g 食塩 0.7 g	エネルギー 18 kcal 蛋白質 1.5 g 食塩 0.7 g	エネルギー 61 kcal 蛋白質 0.6 g 食塩 0.4 g	エネルギー 56 kcal 蛋白質 1.7 g 食塩 0.5 g	エネルギー 23 kcal 蛋白質 1.5 g 食塩 0.8 g	エネルギー 27 kcal 蛋白質 1.8 g 食塩 0.4 g	エネルギー 63 kcal 蛋白質 1.7 g 食塩 0.6 g
単品デ	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)	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 1504 kcal 蛋白質 46.3 g 食塩 7.7 g	エネルギー 1539 kcal 蛋白質 49.4 g 食塩 8.0 g	エネルギー 1562 kcal 蛋白質 49.9 g 食塩 7.5 g	エネルギー 1583 kcal 蛋白質 53.7 g 食塩 6.6 g	エネルギー 1497 kcal 蛋白質 54.8 g 食塩 9.1 g	エネルギー 1559 kcal 蛋白質 48.4 g 食塩 6.4 g	エネルギー 1482 kcal 蛋白質 47.1 g 食塩 9.0 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6月8日(月) ~ 2026年6月14日(日)

	月 8	火 9	水 10	木 11	金 12	土 13	日 14
朝食	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	米飯 厚焼き卵 菜の花の炒め物	米飯 いんげんのソテー キャベツのドレッシング和え	米飯 ベーコンエッグ・ ほうれん草の炒め物	米飯 ピーマンの炒め物 大根サラダ
	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 382 kcal 蛋白質 6.9 g 食塩 0.6 g	エネルギー 343 kcal 蛋白質 10.0 g 食塩 1.0 g	エネルギー 321 kcal 蛋白質 7.3 g 食塩 0.9 g	エネルギー 413 kcal 蛋白質 13.6 g 食塩 1.0 g	エネルギー 336 kcal 蛋白質 6.8 g 食塩 0.9 g
昼食	ゆかりご飯 温そうめん 茄子の煮物 デザート(パイン缶)	米飯 鶏肉の天ぷらおろしソース・ チンゲン菜のからし和え 味噌汁(玉ねぎ・人参)	米飯 かに玉 揚げない大学いも はるさめスープ	米飯 白身魚の揚げ物オーロラソース・ 大豆とベーコンのコンソメ煮 味噌汁(椎茸・わかめ)	米飯 油淋鶏・ 豆腐チャンプルー 味噌汁(じゃがいも・人参)	米飯 タラの焼き南蛮漬け・ 蒸ししゅうまい 味噌汁(青菜・あげ)	◆衣笠井・ カリフラワーのマリネ 味噌汁(青菜・人参)
	エネルギー 530 kcal 蛋白質 15.8 g 食塩 5.2 g	エネルギー 547 kcal 蛋白質 25.0 g 食塩 2.4 g	エネルギー 539 kcal 蛋白質 15.9 g 食塩 3.3 g	エネルギー 603 kcal 蛋白質 23.0 g 食塩 2.1 g	エネルギー 644 kcal 蛋白質 31.1 g 食塩 2.8 g	エネルギー 473 kcal 蛋白質 19.7 g 食塩 2.5 g	エネルギー 540 kcal 蛋白質 18.6 g 食塩 3.8 g
夕食	米飯 鶏ごぼうけりと野菜の炊き合わせ ブロッコリーのおかか和え 小松菜の煮浸し 味噌汁(えのき・大根)	米飯 はくさいと厚揚げの炒め煮・ もずく和え ミニお好み焼き 味噌汁(大根・わかめ)	米飯 メバルの照りやき 小松菜のお浸し 大根の煮物 味噌汁(はくさい・あげ)	米飯 味噌鍋(豚) ほうれん草のおかか和え かぼちゃの煮物 デザート(カクテル缶)	揚げとひじきの散らし寿司 きのこ金平 チンゲン菜の和え物 味噌汁(里芋・大根)	米飯 芋子煮(豚) 小松菜のピーナツ和え 金時豆煮 味噌汁(はくさい・人参)	米飯 牛肉コロッケ・ 春雨の中華和え 人参のソテー 味噌汁(しめじ・わかめ)
	エネルギー 473 kcal 蛋白質 18.6 g 食塩 3.2 g	エネルギー 494 kcal 蛋白質 15.1 g 食塩 2.4 g	エネルギー 434 kcal 蛋白質 19.3 g 食塩 2.8 g	エネルギー 515 kcal 蛋白質 21.0 g 食塩 3.2 g	エネルギー 502 kcal 蛋白質 11.5 g 食塩 4.8 g	エネルギー 578 kcal 蛋白質 20.0 g 食塩 3.1 g	エネルギー 520 kcal 蛋白質 10.3 g 食塩 3.1 g
単品小	きゅうりの浅漬け	カリフラワーのソテー	オクラの昆布和え	大根の浅漬け	きゅうりとわかめの酢の物	オクラの和え物	高野豆腐の煮物
	エネルギー 12 kcal 蛋白質 0.4 g 食塩 0.8 g	エネルギー 81 kcal 蛋白質 2.2 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 14 kcal 蛋白質 0.3 g 食塩 0.8 g	エネルギー 23 kcal 蛋白質 0.6 g 食塩 0.6 g	エネルギー 27 kcal 蛋白質 1.3 g 食塩 0.7 g	エネルギー 51 kcal 蛋白質 3.1 g 食塩 0.7 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(ソルティライチ)	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)
	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 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 1446 kcal 蛋白質 46.8 g 食塩 10.4 g	エネルギー 1519 kcal 蛋白質 51.4 g 食塩 6.6 g	エネルギー 1413 kcal 蛋白質 43.1 g 食塩 7.4 g	エネルギー 1530 kcal 蛋白質 54.4 g 食塩 7.4 g	エネルギー 1541 kcal 蛋白質 50.5 g 食塩 9.4 g	エネルギー 1543 kcal 蛋白質 54.6 g 食塩 7.6 g	エネルギー 1482 kcal 蛋白質 38.8 g 食塩 8.8 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6月15日(月) ~ 2026年6月21日(日)

	月 15	火 16	水 17	木 18	金 19	土 20	日 21
朝食	米飯 マカロニソテー オニオンサラダ	米飯 温野菜サラダ ブロッコリーのソテー	米飯 ジャーマンポテト チンゲン菜の塩だれ炒め	米飯 スクランブルエッグ・ のり塩ポテト	米飯 スパゲティサラダ 肉団子のコンソメ煮	米飯 いんげんの炒め物 オニオンサラダ	米飯 大豆とベーコンのコンソメ煮 ピーマンの炒め物
	エネルギー 356 kcal 蛋白質 7.7 g 食塩 0.9 g	エネルギー 355 kcal 蛋白質 7.0 g 食塩 0.8 g	エネルギー 396 kcal 蛋白質 6.9 g 食塩 1.6 g	エネルギー 381 kcal 蛋白質 11.5 g 食塩 0.6 g	エネルギー 408 kcal 蛋白質 8.7 g 食塩 1.0 g	エネルギー 311 kcal 蛋白質 7.1 g 食塩 0.8 g	エネルギー 373 kcal 蛋白質 11.7 g 食塩 1.2 g
	昼食	米飯 ポトフ ミニメンチカツ・ きゅうりのピクルス	米飯 ハイカラそば 大根とひき肉の甘辛炒め デザート(黄桃缶)	米飯 鶏肉のオイスターソース炒め・ 茄子の煮物 味噌汁(青菜・あげ)	米飯 白身魚のチリソースかけ・ チョレギサラダ ワントンスープ	米飯 カレーの幽庵やき 切干大根の煮物 味噌汁(里芋・玉ねぎ)	米飯 ポークハヤシライス きゅうりのピクルス じゃがいもの炒め物
エネルギー 500 kcal 蛋白質 13.8 g 食塩 3.7 g		エネルギー 562 kcal 蛋白質 16.4 g 食塩 3.7 g	エネルギー 541 kcal 蛋白質 22.2 g 食塩 3.7 g	エネルギー 461 kcal 蛋白質 17.9 g 食塩 2.7 g	エネルギー 412 kcal 蛋白質 19.5 g 食塩 2.3 g	エネルギー 596 kcal 蛋白質 16.6 g 食塩 3.8 g	エネルギー 491 kcal 蛋白質 17.3 g 食塩 2.9 g
夕食		枝豆ご飯 鶏肉カレー照り焼き ほうれん草のおかか和え 味噌汁(里芋・しめじ)	米飯 豚肉の味噌炒め・ オクラの胡麻和え ごぼうのソテー 清し汁(えのき・わかめ)	米飯 ブリ大葉フライ・ 人参しりしり 菜の花の磯辺和え 味噌汁(里芋・大根)	米飯 肉豆腐(牛) カリフラワーのソテー ほうれん草の和え物 味噌汁(椎茸・わかめ)	米飯 酢鶏・ 春雨の中華和え 茄子の煮物 清し汁(はくさい・あげ)	米飯 メバルの煮つけ 菜の花のからし和え キャベツのソテー 味噌汁(豆腐)
	エネルギー 582 kcal 蛋白質 26.2 g 食塩 2.8 g	エネルギー 576 kcal 蛋白質 21.9 g 食塩 3.5 g	エネルギー 509 kcal 蛋白質 16.9 g 食塩 2.1 g	エネルギー 609 kcal 蛋白質 25.8 g 食塩 3.4 g	エネルギー 615 kcal 蛋白質 16.4 g 食塩 3.7 g	エネルギー 487 kcal 蛋白質 21.1 g 食塩 3.9 g	エネルギー 583 kcal 蛋白質 15.6 g 食塩 4.2 g
	単品小	ひじきサラダ	小松菜のお浸し	きゅうりとしらすの酢の物	れんこん金平	小松菜のお浸し	ほうれん草のピーナツ和え
エネルギー 88 kcal 蛋白質 1.8 g 食塩 0.5 g		エネルギー 16 kcal 蛋白質 1.3 g 食塩 0.5 g	エネルギー 25 kcal 蛋白質 0.9 g 食塩 0.6 g	エネルギー 106 kcal 蛋白質 1.6 g 食塩 0.6 g	エネルギー 16 kcal 蛋白質 1.3 g 食塩 0.5 g	エネルギー 68 kcal 蛋白質 3.2 g 食塩 0.6 g	エネルギー 38 kcal 蛋白質 1.9 g 食塩 0.8 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(ピーチ)	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(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 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 1575 kcal 蛋白質 49.5 g 食塩 8.2 g	エネルギー 1561 kcal 蛋白質 46.6 g 食塩 8.8 g	エネルギー 1522 kcal 蛋白質 46.9 g 食塩 8.3 g	エネルギー 1608 kcal 蛋白質 56.8 g 食塩 7.6 g	エネルギー 1501 kcal 蛋白質 45.9 g 食塩 7.8 g	エネルギー 1500 kcal 蛋白質 48.0 g 食塩 9.4 g	エネルギー 1540 kcal 蛋白質 46.6 g 食塩 9.4 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6月22日(月) ~ 2026年6月28日(日)

	月 22	火 23	水 24	木 25	金 26	土 27	日 28
朝食	米飯 温野菜サラダ ごぼうの炒め煮	米飯 カリフラワーのクリーム煮 小松菜のソテー	米飯 ハムエッグ・ 玉ねぎのポン酢和え	米飯 チキンボールのコンソメ煮 ピーマンのソテー	米飯 チンゲン菜の炒め物 マカロニソテー	米飯 卵とじ じゃがいもの炒め物	米飯 和風スパゲティ・ きゅうりとツナの和え物
	エネルギー 323 kcal 蛋白質 5.5 g 食塩 0.7 g	エネルギー 315 kcal 蛋白質 6.3 g 食塩 1.1 g	エネルギー 384 kcal 蛋白質 13.9 g 食塩 0.9 g	エネルギー 343 kcal 蛋白質 8.7 g 食塩 1.2 g	エネルギー 386 kcal 蛋白質 7.2 g 食塩 1.2 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
昼食	米飯 マスのムニエル・ パプリカのマリネ コンソメスープ	米飯 あじの揚げ浸し・ ナポリタン・ 味噌汁(青菜・人参)	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 肉じゃが(牛) キャベツのザーサイ和え 味噌汁(大根・椎茸)	米飯 豚肉の炒め物・ 里芋の煮物 味噌汁(大根・あげ)	米飯 ホキの西京やき 大根の胡麻酢和え 清し汁(あげ・わかめ)	米飯 白身魚の揚げ物 和風あん・ いんげんの炒め物 味噌汁(椎茸・あげ)
	エネルギー 467 kcal 蛋白質 16.7 g 食塩 3.3 g	エネルギー 573 kcal 蛋白質 19.3 g 食塩 2.3 g	エネルギー 534 kcal 蛋白質 15.6 g 食塩 6.3 g	エネルギー 459 kcal 蛋白質 16.0 g 食塩 3.4 g	エネルギー 538 kcal 蛋白質 19.2 g 食塩 2.1 g	エネルギー 360 kcal 蛋白質 16.1 g 食塩 3.2 g	エネルギー 543 kcal 蛋白質 20.5 g 食塩 2.6 g
夕食	米飯 豆腐チャンプルー(ツナ)・ 揚げない大学いも ほうれん草のお浸し 味噌汁(はくさい・わかめ)	米飯 おでん はくさいの浅漬け じゃこピーマン 味噌汁(じゃがいも・玉ねぎ)	米飯 チーズチキンカツ・ 人参しりしり もずく和え 味噌汁(玉ねぎ・わかめ)	米飯 鶏肉の梅肉ソースかけ ほうれん草の和え物 きのこ炒り豆腐 味噌汁(青菜・あげ)	米飯 ミンチカツ・ 小松菜のソテー ポテトサラダ 味噌汁(しめじ・人参)	米飯 鶏肉の塩だれ炒め煮・ 菜の花のお浸し いとこ煮 味噌汁(里芋・えのき)	米飯 具沢山豚汁 チンゲン菜のからし和え 厚焼き卵 デザート(カクテル缶)
	エネルギー 685 kcal 蛋白質 21.8 g 食塩 4.1 g	エネルギー 481 kcal 蛋白質 17.7 g 食塩 4.3 g	エネルギー 530 kcal 蛋白質 16.0 g 食塩 2.4 g	エネルギー 568 kcal 蛋白質 26.8 g 食塩 4.1 g	エネルギー 713 kcal 蛋白質 15.1 g 食塩 2.8 g	エネルギー 538 kcal 蛋白質 23.8 g 食塩 3.4 g	エネルギー 524 kcal 蛋白質 23.3 g 食塩 3.9 g
単品小	菜の花のガーリックソテー	きゅうりのごま油和え	チンゲン菜のおかか和え	茄子の炒め物	オクラの昆布和え	れんこん金平	オニオンサラダ
	エネルギー 51 kcal 蛋白質 3.2 g 食塩 0.3 g	エネルギー 22 kcal 蛋白質 0.8 g 食塩 0.7 g	エネルギー 25 kcal 蛋白質 1.6 g 食塩 0.7 g	エネルギー 75 kcal 蛋白質 1.7 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 70 kcal 蛋白質 0.6 g 食塩 0.4 g	エネルギー 58 kcal 蛋白質 2.1 g 食塩 0.5 g
単品デ	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)	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 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 51 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g
	エネルギー 1577 kcal 蛋白質 47.2 g 食塩 8.7 g	エネルギー 1443 kcal 蛋白質 44.1 g 食塩 8.7 g	エネルギー 1508 kcal 蛋白質 47.1 g 食塩 10.6 g	エネルギー 1494 kcal 蛋白質 53.2 g 食塩 9.5 g	エネルギー 1709 kcal 蛋白質 42.5 g 食塩 6.8 g	エネルギー 1420 kcal 蛋白質 53.2 g 食塩 8.3 g	エネルギー 1529 kcal 蛋白質 53.3 g 食塩 8.4 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6月29日(月) ~ 2026年7月5日(日)

	月 29	火 30	水 1	木 2	金 3	土 4	日 5
朝食	米飯 ベーコンエッグ・ カリフラワーのサラダ	米飯 卵とじ ブロッコリーのソテー					
	エネルギー 405 kcal 蛋白質 13.7 g 食塩 0.7 g	エネルギー 386 kcal 蛋白質 13.2 g 食塩 1.0 g					
昼食	米飯 クリームシチュー(鶏) ほうれん草の胡麻和え きのこソテー	米飯 ポークチャップ・ マカロニサラダ・ 味噌汁(里芋・キャベツ)					
	エネルギー 603 kcal 蛋白質 20.3 g 食塩 3.7 g	エネルギー 618 kcal 蛋白質 19.6 g 食塩 2.2 g					
夕食	米飯 カレイの照り焼き オクラのかき醤油和え がんもの煮物 味噌汁(青菜・人参)	かにかま入り散らし寿司 小松菜のお浸し 金時豆煮 清し汁(えのき・わかめ)					
	エネルギー 468 kcal 蛋白質 22.2 g 食塩 3.1 g	エネルギー 466 kcal 蛋白質 14.9 g 食塩 4.4 g					
単品小	茄子のマリネ	切干大根の煮物					
	エネルギー 52 kcal 蛋白質 0.9 g 食塩 0.8 g	エネルギー 58 kcal 蛋白質 1.6 g 食塩 0.4 g					
単品デ	腸活ゼリー(オレンジ)	腸活ゼリー(ソルティライチ)					
	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 1578 kcal 蛋白質 57.1 g 食塩 8.6 g	エネルギー 1566 kcal 蛋白質 49.3 g 食塩 8.3 g					