

月間献立予定表（食材）

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 卵とし 温野菜サラダ	米飯 海鮮フライ 小松菜の磯辺和え 味噌汁(えのき・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
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
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(えのき・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
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
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焼き 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
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
6/7 (日)	米飯 きのこのソテー はくさいのポン酢和え	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 さばの塩焼き 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
6/8 (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
6/9 (火)	米飯 温野菜サラダ フ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
6/10 (水)	米飯 シューマンポテト 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
6/11 (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
6/12 (金)	米飯 スパゲティサラダ 肉団子のコンソメ煮	米飯 カレーの幽庵焼き 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
6/13 (土)	米飯 いんげんの炒め物 オニオンサラダ	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
6/14 (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
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

月間献立予定表（食材）

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
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
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
6/19 (金)	米飯 スパゲティサラダ 肉団子のコンソメ煮	米飯 カレイの幽庵焼き 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
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
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
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
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
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
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
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
6/27 (土)	米飯 卵とじ じゃがいもの炒め物	米飯 ホキの西京焼き 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
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
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)	茄子のマリネ
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

〈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 : 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	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	卵とじ	かぼちゃサラダ	ブロッコリーの炒め物	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
	温野菜サラダ	ピーマンのソテー	オニオンサラダ	さつまいもサラダ	チンゲン菜の塩だれ炒め	温野菜サラダ	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 - 405 kcal 蛋白質 5.9 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	米飯	そばろ丼(牛豚)	米飯	米飯	米飯	ポークカレーライス
	海鮮フライ	八宝菜(豚)	菜の花のピーナツ和え	鶏肉の天ぷら味噌だれ	メルルーサの味噌漬け焼き	豚肉のトウチジャン炒め	大根サラダ
	小松菜の磯辺和え	里芋の煮っころがし	清し汁(えのき・人参)	小松菜のお浸し	大豆のそばろ煮	菜の花のソテー	チンゲン菜のお浸し
	味噌汁(えのき・人参)	味噌汁(青菜・あげ)		清し汁(しめじ・わかめ)	清し汁(椎茸・わかめ)	味噌汁(里芋・大根)	
エネルギー - 425 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 - 601 kcal 蛋白質 23.1 g 食塩 2.7 g	エネルギー - 529 kcal 蛋白質 25.8 g 食塩 2.2 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 2.7 g	エネルギー - 591 kcal 蛋白質 18.0 g 食塩 4.1 g	
夕食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	豚肉の炒め物	鶏肉のハニーマスタード焼き	タラのトマトソースかけ	豚肉の生姜炒め	肉団子の甘酢あん	白身魚の磯辺揚げ	さばの塩焼き
	いんげんの和え物	人参しりしり	大根のピクルス	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	かぼちゃの煮物
	茄子の煮物	もやしの香味和え	じゃがいものソテー	きゅうりの梅肉和え	ひじきの煮物	金平ごぼう	オクラの和え物
味噌汁(大根・玉ねぎ)	味噌汁(椎茸・大根)	コンソメスープ	味噌汁(青菜・あげ)	味噌汁(大根・あげ)	味噌汁(玉ねぎ・あげ)	味噌汁(青菜・椎茸)	
エネルギー - 546 kcal 蛋白質 19.9 g 食塩 3.0 g	エネルギー - 558 kcal 蛋白質 26.2 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 - 541 kcal 蛋白質 20.0 g 食塩 3.1 g	エネルギー - 605 kcal 蛋白質 17.5 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 20.8 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 - 22 kcal 蛋白質 1.4 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
	エネルギー - 1427 kcal 蛋白質 45.9 g 食塩 7.4 g	エネルギー - 1493 kcal 蛋白質 49.7 g 食塩 7.7 g	エネルギー - 1471 kcal 蛋白質 48.6 g 食塩 7.1 g	エネルギー - 1550 kcal 蛋白質 53.7 g 食塩 6.6 g	エネルギー - 1446 kcal 蛋白質 54.6 g 食塩 8.8 g	エネルギー - 1507 kcal 蛋白質 48.4 g 食塩 6.2 g	エネルギー - 1431 kcal 蛋白質 46.9 g 食塩 8.7 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 : 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	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	マカロニソテー	温野菜サラダ	ジャーマンポテト	スクランブルエッグ	スパゲティサラダ	いんげんの炒め物	大豆とベーコンのコンソメ煮
	オニオンサラダ	ブロッコリーのソテー	チンゲン菜の塩だれ炒め	のり塩ポテト	肉団子のコンソメ煮	オニオンサラダ	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	米飯	米飯	米飯	米飯	ポークハヤシライス	米飯
	ポトフ	ハイカラそば	鶏肉のオイスターソース炒め	白身魚のチリソースかけ	カレイの幽庵焼き	きゅうりのピクルス	筑前煮(鶏)
	ミニメンチカツ	大根とひき肉の甘辛炒め	茄子の煮物	チョレギサラダ	切干大根の煮物	じゃがいもの炒め物	ひじきの煮物
	きゅうりのピクルス	デザート(黄桃缶)	味噌汁(青菜・あげ)	ワンタンスープ	味噌汁(里芋・玉ねぎ)		味噌汁(青菜・えのき)
エネルギー - 500 kcal 蛋白質 13.8 g 食塩 3.7 g	エネルギー - 541 kcal 蛋白質 16.5 g 食塩 2.6 g	エネルギー - 518 kcal 蛋白質 22.0 g 食塩 3.7 g	エネルギー - 462 kcal 蛋白質 18.0 g 食塩 2.8 g	エネルギー - 412 kcal 蛋白質 19.5 g 食塩 2.4 g	エネルギー - 596 kcal 蛋白質 16.6 g 食塩 3.8 g	エネルギー - 492 kcal 蛋白質 17.3 g 食塩 2.9 g	
夕食	枝豆ご飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	鶏肉カレー照り焼き	豚肉の味噌炒め	ブリ大葉フライ	肉豆腐(牛)	酢鶏	メバルの煮つけ	和風おろしハンバーグ
	ほうれん草のおかか和え	オクラの胡麻和え	人参しりしり	カリフラワーのソテー	春雨の中華和え	菜の花のからし和え	茄子のおかか煮
	味噌汁(里芋・しめじ)	ごぼうのソテー	菜の花の磯辺和え	ほうれん草の和え物	茄子の煮物	キャベツのソテー	チンゲン菜のかき醤油和え
清し汁(えのき・わかめ)	味噌汁(里芋・大根)	味噌汁(椎茸・わかめ)	清し汁(はくさい・あげ)	味噌汁(豆腐)	コーンスープ		
エネルギー - 580 kcal 蛋白質 26.1 g 食塩 2.9 g	エネルギー - 576 kcal 蛋白質 21.8 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 - 608 kcal 蛋白質 25.7 g 食塩 3.4 g	エネルギー - 592 kcal 蛋白質 16.2 g 食塩 3.7 g	エネルギー - 485 kcal 蛋白質 20.9 g 食塩 3.9 g	エネルギー - 638 kcal 蛋白質 18.4 g 食塩 3.8 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	オクラの和え物
	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 - 17 kcal 蛋白質 1.3 g 食塩 0.5 g	エネルギー - 27 kcal 蛋白質 1.9 g 食塩 0.5 g	エネルギー - 37 kcal 蛋白質 1.8 g 食塩 0.8 g
	エネルギー - 1524 kcal 蛋白質 49.4 g 食塩 8.0 g	エネルギー - 1488 kcal 蛋白質 46.6 g 食塩 7.4 g	エネルギー - 1448 kcal 蛋白質 46.7 g 食塩 8.0 g	エネルギー - 1557 kcal 蛋白質 56.8 g 食塩 7.4 g	エネルギー - 1429 kcal 蛋白質 45.7 g 食塩 7.6 g	エネルギー - 1419 kcal 蛋白質 46.5 g 食塩 9.0 g	エネルギー - 1540 kcal 蛋白質 49.2 g 食塩 8.7 g

献立表

現場 : デリケア(株)茨木工場

献立種類 : 食材(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	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	マカロニソテー	温野菜サラダ	ジャーマンポテト	スクランブルエッグ	スパゲティサラダ	いんげんの炒め物	大豆とベーコンのコンソメ煮
	オニオンサラダ	ブロッコリーのソテー	チンゲン菜の塩だれ炒め	のり塩ポテト	肉団子のコンソメ煮	オニオンサラダ	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	米飯	米飯	米飯	米飯	ポークハヤシライス	米飯
	ポトフ	ハイカラそば	鶏肉のオイスターソース炒め	白身魚のチリソースかけ	カレーの幽庵焼き	きゅうりのピクルス	筑前煮(鶏)
	ミニメンチカツ	大根とひき肉の甘辛炒め	茄子の煮物	チョレギサラダ	切干大根の煮物	じゃがいもの炒め物	ひじきの煮物
	きゅうりのピクルス	デザート(黄桃缶)	味噌汁(青菜・あげ)	ワンタンスープ	味噌汁(里芋・玉ねぎ)		味噌汁(青菜・えのき)
エネルギー - 500 kcal 蛋白質 13.8 g 食塩 3.7 g	エネルギー - 541 kcal 蛋白質 16.5 g 食塩 2.6 g	エネルギー - 518 kcal 蛋白質 22.0 g 食塩 3.7 g	エネルギー - 462 kcal 蛋白質 18.0 g 食塩 2.8 g	エネルギー - 412 kcal 蛋白質 19.5 g 食塩 2.4 g	エネルギー - 596 kcal 蛋白質 16.6 g 食塩 3.8 g	エネルギー - 492 kcal 蛋白質 17.3 g 食塩 2.9 g	
夕食	枝豆ご飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	鶏肉カレー照り焼き	豚肉の味噌炒め	ブリ大葉フライ	肉豆腐(牛)	酢鶏	メバルの煮つけ	和風おろしハンバーグ
	ほうれん草のおかか和え	オクラの胡麻和え	人参しりしり	カリフラワーのソテー	春雨の中華和え	菜の花のからし和え	茄子のおかか煮
	味噌汁(里芋・しめじ)	ごぼうのソテー	菜の花の磯辺和え	ほうれん草の和え物	茄子の煮物	キャベツのソテー	チンゲン菜のかき醤油和え
清し汁(えのき・わかめ)	味噌汁(里芋・大根)	味噌汁(椎茸・わかめ)	清し汁(はくさい・あげ)	味噌汁(豆腐)	コーンスープ		
エネルギー - 580 kcal 蛋白質 26.1 g 食塩 2.9 g	エネルギー - 576 kcal 蛋白質 21.8 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 - 608 kcal 蛋白質 25.7 g 食塩 3.4 g	エネルギー - 592 kcal 蛋白質 16.2 g 食塩 3.7 g	エネルギー - 485 kcal 蛋白質 20.9 g 食塩 3.9 g	エネルギー - 638 kcal 蛋白質 18.4 g 食塩 3.8 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	オクラの和え物
	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 - 17 kcal 蛋白質 1.3 g 食塩 0.5 g	エネルギー - 27 kcal 蛋白質 1.9 g 食塩 0.5 g	エネルギー - 37 kcal 蛋白質 1.8 g 食塩 0.8 g
エネルギー - 1524 kcal 蛋白質 49.4 g 食塩 8.0 g	エネルギー - 1488 kcal 蛋白質 46.6 g 食塩 7.4 g	エネルギー - 1448 kcal 蛋白質 46.7 g 食塩 8.0 g	エネルギー - 1557 kcal 蛋白質 56.8 g 食塩 7.4 g	エネルギー - 1429 kcal 蛋白質 45.7 g 食塩 7.6 g	エネルギー - 1419 kcal 蛋白質 46.5 g 食塩 9.0 g	エネルギー - 1540 kcal 蛋白質 49.2 g 食塩 8.7 g	

〈献立表〉

現場 : デリケア(株)茨木工場

献立種類 : 食材(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	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	温野菜サラダ	カリフラワーのクリーム煮	ハムエッグ	チキンボールのコンソメ煮	チンゲン菜の炒め物	卵とじ	和風スパゲティ
	ごぼうの炒め煮	小松菜のソテー	玉ねぎのポン酢和え	ピーマンのソテー	マカロニソテー	じゃがいもの炒め物	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 - 352 kcal 蛋白質 7.3 g 食塩 1.1 g
昼食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	マスのムニエル	あじの揚げ浸し	醤油ラーメン	肉じゃが(牛)	豚肉の炒め物	ホキの西京焼き	白身魚の揚げ物 和風あん
	パプリカのマリネ	ナポリタン	大根と豚肉の煮物	キャベツのザーサイ和え	里芋の煮物	大根の胡麻酢和え	いんげんの炒め物
	コンソメスープ	味噌汁(青菜・人参)	デザート(カクテル缶)	味噌汁(大根・椎茸)	味噌汁(大根・あげ)	清し汁(あげ・わかめ)	味噌汁(椎茸・あげ)
エネルギー - 476 kcal 蛋白質 16.7 g 食塩 3.3 g	エネルギー - 555 kcal 蛋白質 19.2 g 食塩 2.3 g	エネルギー - 540 kcal 蛋白質 16.5 g 食塩 6.2 g	エネルギー - 459 kcal 蛋白質 16.0 g 食塩 3.4 g	エネルギー - 545 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	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	豆腐チャンプルー(ツナ)	おでん	チーズチキンカツ	鶏肉の梅肉ソースかけ	ミンチカツ	鶏肉の塩だれ炒め煮	具沢山豚汁
	揚げない大学いも	はくさいの浅漬け	人参しりしり	ほうれん草の和え物	小松菜のソテー	菜の花のお浸し	チンゲン菜のからし和え
	ほうれん草のお浸し	じゃこピーマン	もずく和え	きのこ炒り豆腐	ポテトサラダ	いとこ煮	厚焼き卵
味噌汁(はくさい・わかめ)	味噌汁(じゃがいも・玉ねぎ)	味噌汁(玉ねぎ・わかめ)	味噌汁(青菜・あげ)	味噌汁(しめじ・人参)	味噌汁(里芋・えのき)	デザート(カクテル缶)	
エネルギー - 685 kcal 蛋白質 21.8 g 食塩 4.2 g	エネルギー - 493 kcal 蛋白質 19.5 g 食塩 4.0 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 26.7 g 食塩 4.1 g	エネルギー - 706 kcal 蛋白質 15.2 g 食塩 2.8 g	エネルギー - 542 kcal 蛋白質 23.4 g 食塩 3.2 g	エネルギー - 526 kcal 蛋白質 24.1 g 食塩 3.4 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 - 24 kcal 蛋白質 1.5 g 食塩 0.7 g	エネルギー - 52 kcal 蛋白質 1.5 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
エネルギー - 1535 kcal 蛋白質 47.2 g 食塩 8.5 g	エネルギー - 1385 kcal 蛋白質 45.8 g 食塩 8.1 g	エネルギー - 1478 kcal 蛋白質 47.9 g 食塩 10.2 g	エネルギー - 1422 kcal 蛋白質 52.9 g 食塩 9.2 g	エネルギー - 1657 kcal 蛋白質 42.6 g 食塩 6.5 g	エネルギー - 1373 kcal 蛋白質 52.8 g 食塩 7.8 g	エネルギー - 1479 kcal 蛋白質 54.0 g 食塩 7.6 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 : 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 エネルギー - 405 kcal 蛋白質 13.7 g 食塩 0.7 g	米飯 卵とじ ブロッコリーのソテー エネルギー - 386 kcal 蛋白質 13.2 g 食塩 1.0 g					
	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 エネルギー - 602 kcal 蛋白質 20.2 g 食塩 3.7 g	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 - 618 kcal 蛋白質 19.6 g 食塩 2.3 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) エネルギー - 468 kcal 蛋白質 22.2 g 食塩 3.2 g	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 - 467 kcal 蛋白質 14.9 g 食塩 4.4 g					
	単品小 茄子のマリネ エネルギー - 82 kcal 蛋白質 0.7 g 食塩 0.8 g	切干大根の煮物 エネルギー - 58 kcal 蛋白質 1.6 g 食塩 0.4 g					
	エネルギー - 1557 kcal 蛋白質 56.8 g 食塩 8.4 g	エネルギー - 1529 kcal 蛋白質 49.3 g 食塩 8.1 g					