

月間献立予定表（食材）

デリケア㈱茨木工場

日付	朝食	昼食	夕食	小鉢
				デザート
7/1 (水)	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 卵の花 味噌汁(青菜・しめじ)	米飯 鶏肉と白菜の中華煮 パプリカのピクルス かぼちゃの煮物 味噌汁(玉ねぎ・人参)	菜の花の和え物
7/2 (木)	米飯 チンゲン菜のソテー ポテトサラダ	オムライス フロッコリーの和え物 コンソメスープ	米飯 メルルーサの胡麻味噌焼き 小松菜のからし和え ひじきとピーマンのソテー 清し汁(玉ねぎ・あげ)	れんこんの炒め物
7/3 (金)	米飯 大豆とベーコンのコンソメ煮 きゅうりのドレッシング和え	米飯 和風麻婆豆腐 ほうれん草のお浸し わかめスープ	米飯 鶏天南蛮 オクラの和え物 里芋の煮っころがし 味噌汁(大根・人参)	蒸ししゅうまい
7/4 (土)	米飯 小松菜の炒め物 オニオンサラダ	米飯 さばの塩焼き 豆腐チャンプルー 味噌汁(しめじ・人参)	ひじきの炊き込みご飯 がんもと野菜の炊き合わせ(豚) もずく和え 味噌汁(キャベツ・玉ねぎ)	カリフラワーのマヨネーズ和え
7/5 (日)	米飯 高野豆腐の卵とじ 温野菜サラダ	米飯 豚肉の甘辛炒め フロッコリーの和え物 味噌汁(大根・玉ねぎ)	米飯 海老カツ ほうれん草の磯辺和え ピーマンのおかか煮 味噌汁(えのき・人参)	大豆の煮物
7/6 (月)	米飯 さつまいもサラダ いんげんの炒め物	米飯 クリルチキンおろしソース 人参しりしり 味噌汁(青菜・あげ)	米飯 八宝菜(豚) かぼちゃの煮物 菜の花のお浸し 味噌汁(椎茸・大根)	小松菜の香味和え
7/7 (火)	米飯 スクランブルエッグ のり塩ポテト	米飯 七夕そうめん 炒り豆腐 デザート (パイン缶)	米飯 タラと野菜の味噌ソース ほうれん草のソテー オニオンサラダ 清し汁(あげ・わかめ)	茄子のマリネ
7/8 (水)	米飯 カリフラワーの炒め物 かぼちゃサラダ	米飯 豚肉の生姜炒め ◆チヂミ 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
7/9 (木)	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 カレーの味噌マヨ焼き 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
7/10 (金)	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(豆腐)	米飯 鶏ごぼうイカ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
7/11 (土)	米飯 きのこソテー はくさいのボン酢和え	米飯 ビビンバ丼(牛豚) フロッコリーの和え物 味噌汁(人参・あげ)	米飯 タラのチリソースかけ 小松菜の和え物 かぼちゃの煮物 中華スープ(青菜・椎茸)	ピーマンの甘辛炒め
7/12 (日)	米飯 卵とじ キャベツの炒め物	ゆかりご飯 冷やしきつねそば 茄子のそぼろ煮 デザート (パイン缶)	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
7/13 (月)	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
7/14 (火)	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 メルルーサの西京焼き 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
7/15 (水)	米飯 厚焼き卵 チンゲン菜の炒め物	米飯 豚しゃぶ丼 醤油だれ 小松菜のおかか和え 味噌汁(玉ねぎ・人参)	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)	いとこ煮

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
7/16 (木)	米飯 和風スパゲティ 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 ポトフ 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
7/17 (金)	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 ク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
7/18 (土)	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
7/19 (日)	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
7/20 (月)	米飯 温野菜サラダ キャベツのソテー	米飯 ◆おろしうどん 豆腐チャンプルー デザート(パイン缶)	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)	ブロッコリーの和え物
7/21 (火)	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
7/22 (水)	米飯 スクランブルエッグ いんげんのソテー	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 チョレギサラダ カリフラワーの炒め物 中華スープ	金平ごぼう
7/23 (木)	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 メルルーサの幽庵焼き 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
7/24 (金)	米飯 ブロッコリーの胡麻和え 大豆の煮物	◆タコライス 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
7/25 (土)	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 パブリカのマリネ 菜の花のガーリックソテー コンスープ	揚げない大学いも
7/26 (日)	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 手子煮(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
7/27 (月)	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 冷やしおでん 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
7/28 (火)	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(豆腐)	米飯 豚肉の炒め物 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
7/29 (水)	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
7/30 (木)	米飯 菜の花の炒め物 マカロニソテー	米飯 鶏肉と野菜の炒め煮 大根の煮物 味噌汁(里芋・玉ねぎ)	米飯 ピーフカツ ほうれん草のソテー ポテトサラダ 味噌汁(豆腐)	オクラの昆布和え
7/31 (金)	米飯 卵とじ じゃがいもの炒め物	米飯 冷やし中華 チンゲン菜のお浸し デザート(カクテル缶)	米飯 カレイの南部焼き しらすのおろし和え かぼちゃの煮物 味噌汁(あげ・わかめ)	きのこ炒り豆腐

<献立表>

現場：デリケア㈱茨木工場
献立種類：食材(通常／A)
年月日：2026年7月1日（水）～ 2026年7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
	大根サラダ	チンゲン菜のソテー	大豆とベーコンのコンソメ煮	小松菜の炒め物	高野豆腐の卵とじ	さつまいもサラダ	スクランブルエッグ
	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	いんげんの炒め物	のり塩ポテト
	エネルギー 359 kcal 蛋白質 7.5 g	エネルギー 364 kcal 蛋白質 5.7 g	エネルギー 348 kcal 蛋白質 10.5 g	エネルギー 315 kcal 蛋白質 7.1 g	エネルギー 415 kcal 蛋白質 13.2 g	エネルギー 410 kcal 蛋白質 5.0 g	エネルギー 388 kcal 蛋白質 12.2 g
	食塩 1.0 g	食塩 0.7 g	食塩 1.0 g	食塩 0.8 g	食塩 0.9 g	食塩 0.6 g	食塩 0.6 g
昼食	米飯	オムライス	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	白身魚の竜田揚げ	ブロッコリーの和え物	和風麻婆豆腐	さばの塩焼き	豚肉の甘辛炒め	グリルチキンおろしソース	セタそうめん
	卵の花	コンソメスープ	ほうれん草のお浸し	豆腐チャンプルー	ブロッコリーの和え物	人参しりしり	炒り豆腐
	味噌汁(青菜・しめじ)		わかめスープ	味噌汁(しめじ・人参)	味噌汁(大根・玉ねぎ)	味噌汁(青菜・あげ)	デザート (パイン缶)
	エネルギー 474 kcal 蛋白質 18.4 g	エネルギー 533 kcal 蛋白質 12.1 g	エネルギー 432 kcal 蛋白質 16.5 g	エネルギー 486 kcal 蛋白質 22.7 g	エネルギー 563 kcal 蛋白質 19.6 g	エネルギー 552 kcal 蛋白質 24.6 g	エネルギー 512 kcal 蛋白質 13.4 g
夕食	米飯	米飯	米飯	ひじきの炊き込みご飯	米飯	米飯	米飯
	鶏肉と白菜の中華煮	メルルーサの胡麻味噌焼き	鶏天南蛮	がんもと野菜の炊き合わせ(豚)	海老カツ	八宝菜(豚)	タラと野菜の味噌ソース
	パプリカのピクルス	小松菜のからし和え	オクラの和え物	もずく和え	ほうれん草の磯辺和え	かぼちゃの煮物	ほうれん草のソテー
	かぼちゃの煮物	ひじきとピーマンのソテー	里芋の煮ところがし	味噌汁(キャベツ・玉ねぎ)	ピーマンのおかか煮	菜の花のお浸し	オニオンサラダ
	味噌汁(玉ねぎ・人参)	清し汁(玉ねぎ・あげ)	味噌汁(大根・人参)		味噌汁(えのき・人参)	味噌汁(椎茸・大根)	清し汁(あげ・わかめ)
単品小	エネルギー 591 kcal 蛋白質 17.5 g	エネルギー 414 kcal 蛋白質 18.7 g	エネルギー 652 kcal 蛋白質 26.4 g	エネルギー 489 kcal 蛋白質 21.0 g	エネルギー 465 kcal 蛋白質 16.4 g	エネルギー 546 kcal 蛋白質 18.3 g	エネルギー 464 kcal 蛋白質 21.8 g
	食塩 4.2 g	食塩 2.5 g	食塩 2.8 g	食塩 4.3 g	食塩 2.9 g	食塩 4.3 g	食塩 3.3 g
	菜の花の和え物	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ズ和え	大豆の煮物	小松菜の香味和え	茄子のマリネ
	エネルギー 38 kcal 蛋白質 2.6 g	エネルギー 83 kcal 蛋白質 2.2 g	エネルギー 82 kcal 蛋白質 1.6 g	エネルギー 87 kcal 蛋白質 1.3 g	エネルギー 59 kcal 蛋白質 4.5 g	エネルギー 37 kcal 蛋白質 2.6 g	エネルギー 82 kcal 蛋白質 0.7 g
	食塩 0.6 g	食塩 0.4 g	食塩 0.4 g	食塩 0.3 g	食塩 0.6 g	食塩 0.9 g	食塩 0.8 g
おやつ	エネルギー 1462 kcal 蛋白質 46.0 g	エネルギー 1394 kcal 蛋白質 38.7 g	エネルギー 1514 kcal 蛋白質 55.0 g	エネルギー 1377 kcal 蛋白質 52.1 g	エネルギー 1502 kcal 蛋白質 53.7 g	エネルギー 1545 kcal 蛋白質 50.5 g	エネルギー 1446 kcal 蛋白質 48.1 g
	食塩 8.2 g	食塩 7.8 g	食塩 7.7 g	食塩 7.8 g	食塩 7.3 g	食塩 8.3 g	食塩 8.2 g
	食塩 0.1 g	食塩 0.1 g	食塩 0.1 g	食塩 0.1 g	食塩 0.1 g	食塩 0.1 g	食塩 0.1 g
単品デ	デザート (プリン)	デザート(抹茶ゼリー)	デザート (オレンジゼリー)	デザート (ライチミルクゼリー)	デザート(アセロラゼリー)	デザート (メロンゼリー)	デザート (グアバゼリー)
	エネルギー 82 kcal 蛋白質 1.6 g	エネルギー 57 kcal 蛋白質 1.1 g	エネルギー 47 kcal 蛋白質 0.2 g	エネルギー 49 kcal 蛋白質 0.8 g	エネルギー 33 kcal 蛋白質 0.0 g	エネルギー 48 kcal 蛋白質 0.1 g	エネルギー 44 kcal 蛋白質 0.1 g
	食塩 0.2 g	食塩 0.1 g	食塩 0.3 g	食塩 0.3 g	食塩 0.0 g	食塩 0.0 g	食塩 0.3 g
	エネルギー 1681 kcal 蛋白質 66.6 g	エネルギー 1697 kcal 蛋白質 63.9 g	エネルギー 1686 kcal 蛋白質 48.0 g	エネルギー 1699 kcal 蛋白質 63.1 g	エネルギー 1556 kcal 蛋白質 57.5 g	エネルギー 1518 kcal 蛋白質 53.7 g	エネルギー 1584 kcal 蛋白質 59.7 g
	食塩 9.4 g	食塩 8.6 g	食塩 9.1 g	食塩 9.0 g	食塩 7.2 g	食塩 8.0 g	食塩 7.2 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7月8日（水）～ 2026年7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
	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	ピーマンのソテー
	かぼちゃサラダ	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	キャベツの炒め物	オニオンサラダ	マカロニサラダ
	エネルギー 400 kcal 蛋白質 6.3 g	エネルギー 391 kcal 蛋白質 12.2 g	エネルギー 352 kcal 蛋白質 6.7 g	エネルギー 298 kcal 蛋白質 6.4 g	エネルギー 381 kcal 蛋白質 12.1 g	エネルギー 356 kcal 蛋白質 9.4 g	エネルギー 386 kcal 蛋白質 6.8 g
	食塩 0.8 g	食塩 0.9 g	食塩 0.9 g	食塩 0.9 g	食塩 0.9 g	食塩 1.0 g	食塩 0.8 g
昼食	米飯	米飯	米飯	ピビンバ丼(牛豚)	ゆかりご飯	米飯	米飯
	豚肉の生姜炒め	肉団子の和風きのこあん	白身魚の磯辺揚げ	ブロッコリーの和え物	冷やしきつねそば	厚揚げと里芋の煮物	海老と卵の炒め物和風あん
	◆チヂミ	いんげんの胡麻和え	きゅうりとわかめの酢の物	味噌汁(人参・あげ)	茄子のそぼろ煮	もずく和え	揚げない大学いも
	味噌汁(青菜・あげ)	味噌汁(大根・あげ)	味噌汁(豆腐)		デザート (パイン缶)	味噌汁(玉ねぎ・わかめ)	味噌汁(青菜・椎茸)
	エネルギー 521 kcal 蛋白質 18.5 g	エネルギー 482 kcal 蛋白質 16.4 g	エネルギー 509 kcal 蛋白質 19.0 g	エネルギー 558 kcal 蛋白質 17.9 g	エネルギー 599 kcal 蛋白質 19.2 g	エネルギー 479 kcal 蛋白質 17.7 g	エネルギー 606 kcal 蛋白質 19.8 g
夕食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	鶏肉の唐揚げ	カレイの味噌マヨ焼き	鶏ごぼう什りと野菜の炊き合わせ	タラのチリソースかけ	豚肉のガーリックバター炒め	鶏肉の天ぷら味噌だれ	メルルーサの西京焼き
	小松菜のお浸し	ほうれん草の和え物	カリフラワーのチーズ和え	小松菜の和え物	いんげんのおかか和え	チンゲン菜のからし和え	ほうれん草のお浸し
	じゃこピーマン	大豆のそぼろ煮	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	大根の煮物
	味噌汁(玉ねぎ・わかめ)	清し汁(はくさい・わかめ)	味噌汁(里芋・しめじ)	中華スープ(青菜・椎茸)	味噌汁(えのき・大根)	清し汁(大根・人参)	清し汁(はくさい・あげ)
単品小	エネルギー 540 kcal 蛋白質 27.4 g	エネルギー 512 kcal 蛋白質 27.0 g	エネルギー 479 kcal 蛋白質 20.4 g	エネルギー 428 kcal 蛋白質 19.0 g	エネルギー 538 kcal 蛋白質 20.6 g	エネルギー 605 kcal 蛋白質 27.7 g	エネルギー 397 kcal 蛋白質 20.0 g
	食塩 2.4 g	食塩 3.9 g	食塩 2.8 g	食塩 3.9 g	食塩 3.6 g	食塩 2.8 g	食塩 3.5 g
	きゅうりの梅肉和え	ひじきの煮物	金平ごぼう	ピーマンの甘辛炒め	きゅうりの浅漬け	ミニお好み焼き	オクラの昆布和え
	エネルギー 18 kcal 蛋白質 0.8 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 65 kcal 蛋白質 2.4 g	エネルギー 12 kcal 蛋白質 0.4 g	エネルギー 33 kcal 蛋白質 1.1 g	エネルギー 20 kcal 蛋白質 1.0 g
	食塩 0.9 g	食塩 0.6 g	食塩 0.4 g	食塩 0.4 g	食塩 0.8 g	食塩 0.4 g	食塩 0.4 g
	エネルギー 1479 kcal 蛋白質 53.0 g	エネルギー 1440 kcal 蛋白質 56.9 g	エネルギー 1401 kcal 蛋白質 47.0 g	エネルギー 1349 kcal 蛋白質 45.7 g	エネルギー 1530 kcal 蛋白質 52.3 g	エネルギー 1473 kcal 蛋白質 55.9 g	エネルギー 1409 kcal 蛋白質 47.6 g
	食塩 5.8 g	食塩 8.4 g	食塩 5.7 g	食塩 8.5 g	食塩 10.0 g	食塩 6.7 g	食塩 7.7 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7月15日（水）～ 2026年7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
	厚焼き卵	和風スパゲティ	スナップえんどうのソテー	ピーマンの炒め物	ベーコンエッグ	温野菜サラダ	ジャーマンポテト
	チンゲン菜の炒め物	ひじきサラダ	キャベツのドレッシング和え	大根サラダ	小松菜の炒め物	キャベツのソテー	菜の花の塩だれ炒め
	エネルギー 334 kcal 蛋白質 8.9 g	エネルギー 399 kcal 蛋白質 7.8 g	エネルギー 329 kcal 蛋白質 7.9 g	エネルギー 342 kcal 蛋白質 7.0 g	エネルギー 409 kcal 蛋白質 13.2 g	エネルギー 339 kcal 蛋白質 6.2 g	エネルギー 369 kcal 蛋白質 9.1 g
	食塩 1.0 g	食塩 0.9 g	食塩 0.9 g	食塩 0.9 g	食塩 0.9 g	食塩 0.7 g	食塩 1.5 g
昼食	米飯	米飯	散らし寿司	米飯	米飯	米飯	米飯
	豚しゃぶ味噌醤油だれ	鶏肉の照り焼き	小松菜の和え物	肉巻きフライ	豚じゃが	◆おろしうどん	ピーマン肉詰めフライ
	小松菜のおかか和え	ほうれん草のピーナツ和え	味噌汁(里芋・あげ)	春雨の中華和え	菜の花のおかか和え	豆腐チャンプルー	人参しりしり
	味噌汁(玉ねぎ・人参)	味噌汁(しめじ・玉ねぎ)		味噌汁(しめじ・わかめ)	味噌汁(はくさい・あげ)	デザート（パイン缶）	味噌汁(里芋・大根)
	エネルギー 457 kcal 蛋白質 19.2 g	エネルギー 559 kcal 蛋白質 24.3 g	エネルギー 411 kcal 蛋白質 12.6 g	エネルギー 470 kcal 蛋白質 14.4 g	エネルギー 465 kcal 蛋白質 17.6 g	エネルギー 639 kcal 蛋白質 20.1 g	エネルギー 522 kcal 蛋白質 11.4 g
夕食	米飯	ピラフ	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	白身魚の香り揚げ	ポトフ	グリルチキン野菜ソース	木の葉とじ	あじの焼き南蛮漬け	豚肉のオイスターソース炒め	ガリバタチキン
	味噌じゃこ大豆	菜の花のガーリックソテー	きのこソテー	チンゲン菜のナムル	蒸ししゅうまい	オクラの胡麻和え	茄子の煮物
	ポテトサラダ	オニオンサラダ	大根のピクルス	高野豆腐の煮物	いんげんの和え物	ほうれん草のお浸し	きゅうりとしらすの酢の物
	清し汁(えのき・わかめ)		味噌汁(じゃがいも・人参)	味噌汁(玉ねぎ・人参)	味噌汁(青菜・里芋)	味噌汁(えのき・わかめ)	味噌汁(青菜・あげ)
単品小	エネルギー 672 kcal 蛋白質 25.4 g	エネルギー 532 kcal 蛋白質 16.9 g	エネルギー 627 kcal 蛋白質 24.3 g	エネルギー 489 kcal 蛋白質 19.4 g	エネルギー 513 kcal 蛋白質 19.6 g	エネルギー 564 kcal 蛋白質 21.0 g	エネルギー 525 kcal 蛋白質 24.2 g
	食塩 2.4 g	食塩 4.0 g	食塩 3.1 g	食塩 3.7 g	食塩 3.2 g	食塩 4.5 g	食塩 3.5 g
	いとこ煮	がんもの煮物	炒り豆腐	カリフラワーのソテー	大豆桜えび	ブロッコリーの和え物	チンゲン菜の磯辺和え
	エネルギー 73 kcal 蛋白質 1.6 g	エネルギー 56 kcal 蛋白質 2.4 g	エネルギー 66 kcal 蛋白質 4.9 g	エネルギー 62 kcal 蛋白質 2.7 g	エネルギー 76 kcal 蛋白質 6.9 g	エネルギー 29 kcal 蛋白質 1.5 g	エネルギー 16 kcal 蛋白質 0.9 g
	食塩 0.4 g	食塩 0.6 g	食塩 0.6 g	食塩 0.5 g	食塩 0.8 g	食塩 0.6 g	食塩 0.7 g
	エネルギー 1536 kcal 蛋白質 55.1 g	エネルギー 1546 kcal 蛋白質 51.4 g	エネルギー 1433 kcal 蛋白質 49.7 g	エネルギー 1363 kcal 蛋白質 43.5 g	エネルギー 1463 kcal 蛋白質 57.3 g	エネルギー 1571 kcal 蛋白質 48.8 g	エネルギー 1432 kcal 蛋白質 45.6 g
	食塩 6.7 g	食塩 8.1 g	食塩 8.7 g	食塩 7.4 g	食塩 7.4 g	食塩 9.6 g	食塩 7.9 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7月22日（水）～ 2026年7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
	スクランブルエッグ	肉団子のコンソメ煮	ブロッコリーの胡麻和え	温野菜サラダ	さつまいもサラダ	カリフラワーのクリーム煮	ハムエッグ
	いんげんのソテー	マカロニサラダ	大豆の煮物	れんこんの炒め煮	いんげんの炒め物	チンゲン菜のソテー	玉ねぎのポン酢和え
	エネルギー 400 kcal 蛋白質 13.1 g	エネルギー 401 kcal 蛋白質 8.5 g	エネルギー 331 kcal 蛋白質 12.0 g	エネルギー 334 kcal 蛋白質 6.6 g	エネルギー 427 kcal 蛋白質 6.5 g	エネルギー 314 kcal 蛋白質 6.0 g	エネルギー 384 kcal 蛋白質 13.9 g
	食塩 0.9 g	食塩 0.8 g	食塩 1.2 g	食塩 0.7 g	食塩 0.8 g	食塩 1.1 g	食塩 0.9 g
昼食	米飯	米飯	◆タコライス	米飯	米飯	米飯	米飯
	肉豆腐(豚)	鶏とポテトのケチャップ和え	スナップえんどうの炒め物	豆腐の卵きのこあんかけ	タラと野菜のごまだれかけ	冷やしおでん	あじのなめろうフライ
	小松菜の和え物	ピーマンのおかか煮	コンソメスープ	小松菜のお浸し	茄子の煮物	きゅうりの浅漬け	もずく和え
	味噌汁(椎茸・わかめ)	味噌汁(里芋・玉ねぎ)		味噌汁(はくさい・わかめ)	味噌汁(えのき・じゃがいも)	味噌汁(里芋・玉ねぎ)	味噌汁(豆腐)
	エネルギー 512 kcal 蛋白質 22.4 g	エネルギー 515 kcal 蛋白質 15.0 g	エネルギー 504 kcal 蛋白質 14.6 g	エネルギー 476 kcal 蛋白質 20.5 g	エネルギー 404 kcal 蛋白質 19.0 g	エネルギー 441 kcal 蛋白質 17.7 g	エネルギー 404 kcal 蛋白質 11.6 g
夕食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	海老チリ	メルルーサの幽庵焼き	さばの味噌煮	ハンバーグ	芋子煮(豚)	白身魚の揚げ浸し	豚肉の炒め物
	チョレギサラダ	切干大根の煮物	チンゲン菜の香味和え	パプリカのマリネ	ひじきの煮物	ナポリタン	里芋の煮物
	カリフラワーの炒め物	ほうれん草のお浸し	キャベツのソテー	菜の花のガーリックソテー	オクラの和え物	はくさいのごま油和え	菜の花のおかか和え
	中華スープ	味噌汁(はくさい・あげ)	清し汁(豆腐)	コーンスープ	味噌汁(青菜・大根)	味噌汁(しめじ・人参)	味噌汁(大根・あげ)
単品小	金平ごぼう	春雨の中華和え	オニオンサラダ	揚げない大学いも	ほうれん草のかき醤油和え	じゃこピーマン	人参しりしり
	エネルギー 106 kcal 蛋白質 1.9 g	エネルギー 52 kcal 蛋白質 1.3 g	エネルギー 42 kcal 蛋白質 1.3 g	エネルギー 118 kcal 蛋白質 0.8 g	エネルギー 24 kcal 蛋白質 1.7 g	エネルギー 47 kcal 蛋白質 1.7 g	エネルギー 55 kcal 蛋白質 1.7 g
	食塩 0.6 g	食塩 0.6 g	食塩 0.4 g	食塩 0.4 g	食塩 0.8 g	食塩 0.5 g	食塩 0.3 g
	エネルギー 1561 kcal 蛋白質 50.7 g	エネルギー 1388 kcal 蛋白質 44.2 g	エネルギー 1401 kcal 蛋白質 49.8 g	エネルギー 1602 kcal 蛋白質 48.3 g	エネルギー 1400 kcal 蛋白質 47.2 g	エネルギー 1397 kcal 蛋白質 47.0 g	エネルギー 1412 kcal 蛋白質 48.8 g
	食塩 8.0 g	食塩 6.9 g	食塩 8.8 g	食塩 8.3 g	食塩 7.9 g	食塩 8.1 g	食塩 5.5 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7月29日（水）～ 2026年8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				
	チキンボールのコンソメ煮	菜の花の炒め物	卵とじ				
	ピーマンのソテー	マカロニソテー	じゃがいもの炒め物				
	エネルギー - 345 kcal 蛋白質 8.8 g	エネルギー - 381 kcal 蛋白質 9.1 g	エネルギー - 401 kcal 蛋白質 12.7 g				
	食塩 1.2 g	食塩 1.1 g	食塩 1.0 g				
昼食	キーマカレー	米飯	米飯				
	きゅうりのピクルス	鶏肉と野菜の炒め煮	冷やし中華				
	コンソメスープ	大根の煮物	チンゲン菜のお浸し				
		味噌汁(里芋・玉ねぎ)	デザート(カクテル缶)				
	エネルギー - 650 kcal 蛋白質 19.5 g	エネルギー - 468 kcal 蛋白質 19.5 g	エネルギー - 681 kcal 蛋白質 19.8 g				
	食塩 5.4 g	食塩 2.6 g	食塩 4.0 g				
夕食	米飯	米飯	米飯				
	鶏肉の西京焼き	ビーフカツ	カレイの南部焼き				
	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				
	金平ごぼう	ポテトサラダ	かぼちゃの煮物				
	清し汁(青菜・あげ)	味噌汁(豆腐)	味噌汁(あげ・わかめ)				
	エネルギー - 592 kcal 蛋白質 26.3 g	エネルギー - 653 kcal 蛋白質 17.2 g	エネルギー - 459 kcal 蛋白質 21.3 g				
	食塩 3.8 g	食塩 2.7 g	食塩 3.2 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				
	エネルギー - 54 kcal 蛋白質 1.6 g	エネルギー - 20 kcal 蛋白質 1.0 g	エネルギー - 35 kcal 蛋白質 2.5 g				
	食塩 0.5 g	食塩 0.4 g	食塩 0.4 g				
	エネルギー - 1641 kcal 蛋白質 56.2 g	エネルギー - 1522 kcal 蛋白質 46.8 g	エネルギー - 1576 kcal 蛋白質 56.3 g				
	食塩 10.9 g	食塩 6.8 g	食塩 8.6 g				