

月間献立予定表（惣菜）

デリケア惣菜木工場

日付	朝食	昼食	夕食	小鉢 デザート
9/1 (火)	米飯 チキンボールのコンソメ煮 ヒーマンのソテー	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 腸活ゼリー(マスカット)
9/2 (水)	米飯 チンゲン菜の炒め物 カリフラワーのサラダ	米飯 豚肉の炒め物・ 里芋の煮物 味噌汁(豆腐)	米飯 チーズチキンカツ・ 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 腸活ゼリー(紅茶)
9/3 (木)	米飯 卵とじ じゃがいもの炒め物	米飯 カレイの西京やき 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 腸活ゼリー(マンゴー)
9/4 (金)	米飯 マカロニソテー きゅうりとツナの和え物	米飯 白身魚の揚げ物と風あん・ いんげんの炒め物 味噌汁(椎茸・あげ)	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)	オニオンサラダ 腸活ゼリー(青りんご)
9/5 (土)	米飯 ハムエッグ・ スナッフえんどうの炒め物	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 メルルーサの照りやき オクラのかき醤油和え がんもの煮物 味噌汁(青菜・玉ねぎ)	茄子のマリネ 腸活ゼリー(巨峰)
9/6 (日)	米飯 卵とじ ブロックリーのソテー	米飯 ホークチャップ・ 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 金時豆腐 清し汁(えのき・わかめ)	切干大根の煮物 腸活ゼリー(和みず)
9/7 (月)	米飯 大根サラダ こぼろの甘辛炒め	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(豆腐)	菜の花の和え物 腸活ゼリー(ピーチ)
9/8 (火)	米飯 チンゲン菜のソテー ポテトサラダ	オムライス ブロックリーの和え物 コンソメスープ	米飯 タラの胡麻味噌やき 小松菜のからし和え ひじきとヒーマンのソテー 清し汁(玉ねぎ・あげ)	れんこんの炒め物 腸活ゼリー(ブルーベリー)
9/9 (水)	米飯 大豆とウ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 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 里芋の煮ころがし 味噌汁(大根・人参)	蒸ししゅうまい 腸活ゼリー(抹茶)
9/10 (木)	米飯 スクランブルエッグ・ オニオンサラダ	米飯 冷やしきつねうどん(麺) 豆腐チャンプルー 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 ひじきの煮物 味噌汁(キャベツ・玉ねぎ)	カリフラワーのマネーと和え 腸活ゼリー(グレープ)
9/11 (金)	米飯 さつま芋サラダ 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 チンゲン菜のお浸し 味噌汁(豆腐)	もやしの香味和え 腸活ゼリー(マスカット)
9/12 (土)	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・ ブロックリーの和え物 味噌汁(大根・玉ねぎ)	米飯 海老カツ・ 菜の花の磯辺和え 茄子のおかか煮 味噌汁(えのき・人参)	大豆の煮物 腸活ゼリー(紅茶)
9/13 (日)	米飯 スクランブルエッグ・ きゅうりのピクルス	チキンカレー 大根サラダ ヒーマンとちくわの甘辛炒め	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(豆腐)	チンゲン菜の煮浸し 腸活ゼリー(マンゴー)
9/14 (月)	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・ 蒸ししゅうまい 味噌汁(青菜・あげ)	米飯 鶏肉の唐揚げ・ 小松菜のお浸し じゃこヒーマン 味噌汁(玉ねぎ・人参)	きゅうりの梅肉和え 腸活ゼリー(青りんご)
9/15 (火)	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(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・大根)	ひじき入り卵の花 腸活ゼリー(巨峰)

月間献立予定表（惣菜）

デリケア惣菜木工場

日付	朝食	昼食	夕食	小鉢 デザート
9/16 (水)	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 鶏ごぼうけり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 腸活ゼリー(ピーチ)
9/17 (木)	米飯 きのこソテー はくさいのポン酢和え	ヒビンバ丼(牛豚)・ ブ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・ オクラの和え物 かぼちゃの煮物 中華スープ(青菜・椎茸)	ピーマンの甘辛炒め 腸活ゼリー(和みず)
9/18 (金)	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 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(えのぎ・大根)	ミニお好み焼き 腸活ゼリー(別添イイ)
9/19 (土)	米飯 キャベツのドレッシング和え れんこん金平	米飯 醤油ラーメン(麺) 加子のそぼろ煮 デザート(みかん缶)	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)	きゅうりの浅漬け 腸活ゼリー(抹茶)
9/20 (日)	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 腸活ゼリー(グアバ)
9/21 (月)	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)	赤飯 白身魚の香り揚げ・ 味噌じゃこ大豆 清し汁(えのぎ・わかめ)	かぼちゃの煮物 腸活ゼリー(マスカット)
9/22 (火)	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 腸活ゼリー(紅茶)
9/23 (水)	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(えのぎ・人参)	炒り豆腐 腸活ゼリー(マンゴー)
9/24 (木)	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 腸活ゼリー(青りんご)
9/25 (金)	米飯 温野菜サラダ キャベツのソテー	米飯 たぬきそば(麺) 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煮・ オクラの胡麻和え ほうれん草のお浸し 味噌汁(えのぎ・わかめ)	ブロッコリーの和え物 腸活ゼリー(巨峰)
9/26 (土)	米飯 ハムエッグ・ 小松菜の炒め物	◆牛丼 はくさいの浅漬け 味噌汁(しめじ・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 腸活ゼリー(ピーチ)
9/27 (日)	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 腸活ゼリー(和みず)
9/28 (月)	米飯 おから炒り卵 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 カリフラワーのソテー 中華スープ(玉ねぎ・人参)	金平ごぼう 腸活ゼリー(別添イイ)
9/29 (火)	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 腸活ゼリー(抹茶)
9/30 (水)	米飯 ブロッコリーの胡麻和え 大豆の煮物	キーマカレー 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 腸活ゼリー(グアバ)

<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：2026年9月1日(火)～2026年9月7日(月)

	火 1	水 2	木 3	金 4	土 5	日 6	月 7
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	チンゲン菜の炒め物	卵とじ	マカロニソテー	ハムエッグ・	卵とじ	大根サラダ
	ピーマンのソテー	カリフラワーのサラダ	じゃがいもの炒め物	きゅうりとツナの和え物	スナッペンどうの炒め物	ブロッコリーのソテー	ごぼうの甘辛炒め
	1人1食あたり 343 kcal 蛋白質 8.7 g 食塩 1.2 g	1人1食あたり 299 kcal 蛋白質 6.2 g 食塩 0.8 g	1人1食あたり 401 kcal 蛋白質 12.7 g 食塩 1.0 g	1人1食あたり 355 kcal 蛋白質 8.5 g 食塩 1.3 g	1人1食あたり 418 kcal 蛋白質 14.0 g 食塩 0.9 g	1人1食あたり 386 kcal 蛋白質 13.2 g 食塩 1.0 g	1人1食あたり 359 kcal 蛋白質 7.5 g 食塩 1.0 g
昼食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	肉じゃが(牛)	豚肉の炒め物・	カレイの西京焼き	白身魚の揚げ物と風あん・	クリームシチュー(鶏)	ポークチャップ・	白身魚の竜田揚げ・
	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	ほうれん草の胡麻和え	マカロニサラダ・	卵の花
	味噌汁(大根・椎茸)	味噌汁(豆腐)	清し汁(あげ・わかめ)	味噌汁(椎茸・あげ)	きのこソテー	味噌汁(里芋・キャベツ)	味噌汁(青菜・しめじ)
	1人1食あたり 459 kcal 蛋白質 16.0 g 食塩 3.4 g	1人1食あたり 550 kcal 蛋白質 20.7 g 食塩 2.1 g	1人1食あたり 383 kcal 蛋白質 20.6 g 食塩 3.2 g	1人1食あたり 569 kcal 蛋白質 21.0 g 食塩 2.6 g	1人1食あたり 603 kcal 蛋白質 20.2 g 食塩 3.7 g	1人1食あたり 618 kcal 蛋白質 19.6 g 食塩 2.2 g	1人1食あたり 474 kcal 蛋白質 18.4 g 食塩 2.3 g
夕食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	かにかま入り散らし寿司	米飯
	鶏肉の梅肉ソースかけ	チーズチキンカツ・	鶏肉の塩だれ炒め煮・	具沢山豚汁	メルルーサの照り焼き	小松菜のお浸し	鶏肉と白菜の中華煮
	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	オクラのかき醤油和え	金時豆煮	パプリカのピクルス
	きのこ炒り豆腐	ポテトサラダ	いとこ煮	厚焼き卵	がんもの煮物	清し汁(えのき・わかめ)	かぼちゃの煮物
	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)	味噌汁(青菜・玉ねぎ)		味噌汁(豆腐)
	1人1食あたり 575 kcal 蛋白質 27.3 g 食塩 3.8 g	1人1食あたり 671 kcal 蛋白質 19.2 g 食塩 2.8 g	1人1食あたり 538 kcal 蛋白質 23.7 g 食塩 3.4 g	1人1食あたり 525 kcal 蛋白質 23.4 g 食塩 3.9 g	1人1食あたり 453 kcal 蛋白質 20.0 g 食塩 3.1 g	1人1食あたり 449 kcal 蛋白質 15.0 g 食塩 4.3 g	1人1食あたり 600 kcal 蛋白質 19.6 g 食塩 3.8 g
単品小	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	茄子のマリネ	切干大根の煮物	菜の花の和え物
	1人1食あたり 75 kcal 蛋白質 1.7 g 食塩 0.5 g	1人1食あたり 20 kcal 蛋白質 1.0 g 食塩 0.4 g	1人1食あたり 70 kcal 蛋白質 0.6 g 食塩 0.4 g	1人1食あたり 58 kcal 蛋白質 2.1 g 食塩 0.5 g	1人1食あたり 52 kcal 蛋白質 0.9 g 食塩 0.8 g	1人1食あたり 58 kcal 蛋白質 1.6 g 食塩 0.4 g	1人1食あたり 39 kcal 蛋白質 2.7 g 食塩 0.6 g
	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(オレンジ)	腸活ゼリー(ピーチ)
単品デ	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 35 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	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 51 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g
	1人1食あたり 1504 kcal 蛋白質 53.7 g 食塩 9.2 g	1人1食あたり 1575 kcal 蛋白質 47.1 g 食塩 6.4 g	1人1食あたり 1441 kcal 蛋白質 57.6 g 食塩 8.3 g	1人1食あたり 1559 kcal 蛋白質 55.0 g 食塩 8.6 g	1人1食あたり 1577 kcal 蛋白質 55.1 g 食塩 8.8 g	1人1食あたり 1561 kcal 蛋白質 49.4 g 食塩 8.2 g	1人1食あたり 1523 kcal 蛋白質 48.2 g 食塩 8.0 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：2026年9月8日(火)～2026年9月14日(月)

	火 8	水 9	木 10	金 11	土 12	日 13	月 14
朝食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	チンゲン菜のソテー	大豆とウインナーのコンソメ煮	スクランブルエッグ・	さつまいもサラダ	高野豆腐の卵とじ	スクランブルエッグ・	カリフラワーの炒め物
	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	いんげんの炒め物	温野菜サラダ	きゅうりのピクルス	かぼちゃサラダ
	エネルギー 378 kcal 蛋白質 6.2 g 食塩 0.7 g	エネルギー 330 kcal 蛋白質 10.5 g 食塩 1.0 g	エネルギー 387 kcal 蛋白質 12.9 g 食塩 0.8 g	エネルギー 410 kcal 蛋白質 5.0 g 食塩 0.6 g	エネルギー 415 kcal 蛋白質 13.2 g 食塩 0.9 g	エネルギー 385 kcal 蛋白質 12.1 g 食塩 1.0 g	エネルギー 399 kcal 蛋白質 6.4 g 食塩 0.8 g
昼食	オムライス	米飯	米飯	米飯	米飯	チキンカレー	米飯
	ブロッコリーの和え物	和風麻婆豆腐	冷やしきつねうどん(麺)	グリルチキンおろしソース	豚肉の甘辛炒め・	大根サラダ	豚肉の生姜炒め・
	コンソメスープ	ほうれん草のお浸し	豆腐チャンプルー	人参しりしり	ブロッコリーの和え物	ピーマンとちくわの甘辛炒め	蒸ししゅうまい
		わかめスープ	デザート(黄桃缶)	味噌汁(青菜・あげ)	味噌汁(大根・玉ねぎ)		味噌汁(青菜・あげ)
	エネルギー 513 kcal 蛋白質 11.9 g 食塩 4.4 g	エネルギー 446 kcal 蛋白質 17.7 g 食塩 3.5 g	エネルギー 610 kcal 蛋白質 17.2 g 食塩 4.0 g	エネルギー 560 kcal 蛋白質 25.1 g 食塩 2.4 g	エネルギー 550 kcal 蛋白質 19.0 g 食塩 2.8 g	エネルギー 640 kcal 蛋白質 17.2 g 食塩 4.3 g	エネルギー 547 kcal 蛋白質 20.5 g 食塩 1.8 g
夕食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	タラの胡麻味噌やき	鶏天南蛮・	がんもと野菜の炊き合わせ(豚)	八宝菜(豚)	海老カツ・	タラと野菜の味噌ソース・	鶏肉の唐揚げ・
	小松菜のからし和え	オクラの和え物	もずく和え	かぼちゃの煮物	菜の花の磯辺和え	ほうれん草のソテー	小松菜のお浸し
	ひじきとピーマンのソテー	里芋の煮っころがし	ひじきの煮物	チンゲン菜のお浸し	茄子のおかか煮	オニオンサラダ	じゃこピーマン
	清し汁(玉ねぎ・あげ)	味噌汁(大根・人参)	味噌汁(キャベツ・玉ねぎ)	味噌汁(豆腐)	味噌汁(えのき・人参)	清し汁(豆腐)	味噌汁(玉ねぎ・人参)
	エネルギー 408 kcal 蛋白質 20.2 g 食塩 2.5 g	エネルギー 653 kcal 蛋白質 26.5 g 食塩 2.8 g	エネルギー 507 kcal 蛋白質 19.5 g 食塩 2.7 g	エネルギー 555 kcal 蛋白質 19.1 g 食塩 4.4 g	エネルギー 488 kcal 蛋白質 17.1 g 食塩 2.7 g	エネルギー 472 kcal 蛋白質 23.2 g 食塩 3.1 g	エネルギー 542 kcal 蛋白質 27.4 g 食塩 2.2 g
単品小	れんこんの炒め物	蒸ししゅうまい	カリフラワーのマネズ和え	もやしの香味和え	大豆の煮物	チンゲン菜の煮浸し	きゅうりの梅肉和え
	エネルギー 83 kcal 蛋白質 2.2 g 食塩 0.4 g	エネルギー 82 kcal 蛋白質 1.6 g 食塩 0.4 g	エネルギー 87 kcal 蛋白質 1.3 g 食塩 0.3 g	エネルギー 24 kcal 蛋白質 1.7 g 食塩 0.7 g	エネルギー 59 kcal 蛋白質 4.5 g 食塩 0.6 g	エネルギー 15 kcal 蛋白質 0.8 g 食塩 0.6 g	エネルギー 17 kcal 蛋白質 0.8 g 食塩 0.9 g
単品デ	腸活ゼリー(ソルティティ)	腸活ゼリー(抹茶)	腸活ゼリー(グリーン)	腸活ゼリー(マスカット)	腸活ゼリー(紅茶)	腸活ゼリー(マンゴー)	腸活ゼリー(青りんご)
	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 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 1420 kcal 蛋白質 40.5 g 食塩 8.3 g	エネルギー 1566 kcal 蛋白質 56.4 g 食塩 8.0 g	エネルギー 1642 kcal 蛋白質 50.9 g 食塩 8.1 g	エネルギー 1601 kcal 蛋白質 50.9 g 食塩 8.4 g	エネルギー 1547 kcal 蛋白質 53.8 g 食塩 7.3 g	エネルギー 1561 kcal 蛋白質 53.3 g 食塩 9.3 g	エネルギー 1557 kcal 蛋白質 55.1 g 食塩 6.0 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：2026年9月15日(火)～2026年9月21日(月)

	火 15	水 16	木 17	金 18	土 19	日 20	月 21
朝食	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 肉団子のコンソメ煮 オニオンサラダ	米飯 キャベツのドレッシング和え れんこん金平	米飯 ピーマンのソテー マカロニサラダ	米飯 厚焼き卵 チンゲン菜の炒め物
	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 347 kcal 蛋白質 9.1 g 食塩 1.0 g	エネルギー 343 kcal 蛋白質 5.8 g 食塩 0.8 g	エネルギー 386 kcal 蛋白質 6.8 g 食塩 0.8 g	エネルギー 334 kcal 蛋白質 8.9 g 食塩 1.0 g
昼食	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(玉ねぎ・わかめ)	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)	ピビンバ丼(牛豚)・ ブロッコリーの和え物 味噌汁(人参・あげ)	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 醤油ラーメン(麺) 茄子のそぼろ煮 デザート(みかん缶)	米飯 海老と卵の炒め物和风あん・ 揚げない大学いも 味噌汁(青菜・椎茸)	米飯 寄せ鍋(豚) 小松菜のおかか和え デザート(カクテル缶)
	エネルギー 471 kcal 蛋白質 15.8 g 食塩 3.1 g	エネルギー 524 kcal 蛋白質 20.4 g 食塩 1.6 g	エネルギー 599 kcal 蛋白質 18.6 g 食塩 3.3 g	エネルギー 477 kcal 蛋白質 17.1 g 食塩 2.6 g	エネルギー 558 kcal 蛋白質 16.8 g 食塩 6.3 g	エネルギー 606 kcal 蛋白質 19.8 g 食塩 3.0 g	エネルギー 443 kcal 蛋白質 18.5 g 食塩 3.2 g
夕食	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・大根)	米飯 鶏ごぼうけり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 かぼちゃの煮物 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)	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)	赤飯 白身魚の香り揚げ・ 味噌じゃこ大豆 清し汁(えのき・わかめ)
	エネルギー 514 kcal 蛋白質 27.1 g 食塩 3.8 g	エネルギー 479 kcal 蛋白質 20.4 g 食塩 2.8 g	エネルギー 410 kcal 蛋白質 18.6 g 食塩 3.5 g	エネルギー 537 kcal 蛋白質 20.7 g 食塩 3.6 g	エネルギー 600 kcal 蛋白質 27.6 g 食塩 2.7 g	エネルギー 404 kcal 蛋白質 20.5 g 食塩 3.5 g	エネルギー 601 kcal 蛋白質 26.3 g 食塩 2.1 g
単品小	ひじき入り卵の花 エネルギー 28 kcal 蛋白質 1.0 g 食塩 0.3 g	金平ごぼう エネルギー 61 kcal 蛋白質 0.9 g 食塩 0.4 g	ピーマンの甘辛炒め エネルギー 65 kcal 蛋白質 2.4 g 食塩 0.4 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	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	オクラの昆布和え エネルギー 20 kcal 蛋白質 1.0 g 食塩 0.4 g	かぼちゃの煮物 エネルギー 62 kcal 蛋白質 1.3 g 食塩 0.7 g
単品デ	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(サルティフィ) 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
	エネルギー 1455 kcal 蛋白質 56.1 g 食塩 8.4 g	エネルギー 1459 kcal 蛋白質 48.3 g 食塩 6.2 g	エネルギー 1422 kcal 蛋白質 46.0 g 食塩 8.4 g	エネルギー 1432 kcal 蛋白質 48.0 g 食塩 7.9 g	エネルギー 1568 kcal 蛋白質 50.7 g 食塩 10.9 g	エネルギー 1467 kcal 蛋白質 48.1 g 食塩 8.0 g	エネルギー 1492 kcal 蛋白質 55.0 g 食塩 7.3 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：2026年9月22日(火)～2026年9月28日(月)

	火 22	水 23	木 24	金 25	土 26	日 27	月 28
朝食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	和風スパゲティ・	スナッブえんどうのソテー	ピーマンの炒め物	温野菜サラダ	ハムエッグ・	ジャーマンポテト	おから炒り卵
	ひじきサラダ	キャベツのドレッシング和え	大根サラダ	キャベツのソテー	小松菜の炒め物	菜の花の塩だれ炒め	いんげんのソテー
	1杯分 - 392 kcal 蛋白質 7.9 g 食塩 0.8 g	1杯分 - 329 kcal 蛋白質 7.9 g 食塩 0.9 g	1杯分 - 336 kcal 蛋白質 6.8 g 食塩 0.9 g	1杯分 - 339 kcal 蛋白質 6.2 g 食塩 0.7 g	1杯分 - 400 kcal 蛋白質 13.4 g 食塩 0.9 g	1杯分 - 369 kcal 蛋白質 9.1 g 食塩 1.5 g	1杯分 - 344 kcal 蛋白質 9.7 g 食塩 1.1 g
昼食	米飯	散らし寿司	米飯	米飯	◆牛丼	米飯	米飯
	鶏肉の照り焼き	小松菜の和え物	肉巻きフライ・	たぬきそば(麺)	はくさいの浅漬け	ピーマン肉詰めフライ・	肉豆腐(豚)
	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	豆腐チャンプルー	味噌汁(しめじ・あげ)	人参しりしり	小松菜の和え物
	味噌汁(しめじ・玉ねぎ)		味噌汁(しめじ・わかめ)	デザート(パイン缶)		味噌汁(里芋・大根)	味噌汁(椎茸・わかめ)
	1杯分 - 601 kcal 蛋白質 25.6 g 食塩 2.6 g	1杯分 - 420 kcal 蛋白質 13.2 g 食塩 4.1 g	1杯分 - 470 kcal 蛋白質 14.4 g 食塩 2.3 g	1杯分 - 633 kcal 蛋白質 21.3 g 食塩 4.3 g	1杯分 - 490 kcal 蛋白質 16.3 g 食塩 3.4 g	1杯分 - 519 kcal 蛋白質 11.3 g 食塩 2.2 g	1杯分 - 513 kcal 蛋白質 22.5 g 食塩 2.8 g
夕食	ピラフ	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	ポトフ	グリルチキン野菜ソース	木の葉とじ・	豚肉のオイスターソース炒め煮・	あじの焼き南蛮漬け・	ガリバタチキン・	海老チリ・
	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	オクラの胡麻和え	蒸ししゅうまい	茄子の煮物	チョレギサラダ
	オニオンサラダ	大根のピクルス	高野豆腐の煮物	ほうれん草のお浸し	いんげんの和え物	きゅうりとしらすの酢の物	カリフラワーのソテー
		味噌汁(えのき・人参)	味噌汁(玉ねぎ・人参)	味噌汁(えのき・わかめ)	味噌汁(青菜・里芋)	味噌汁(青菜・あげ)	中華スープ(玉ねぎ・人参)
	1杯分 - 517 kcal 蛋白質 16.7 g 食塩 4.3 g	1杯分 - 600 kcal 蛋白質 24.4 g 食塩 3.0 g	1杯分 - 489 kcal 蛋白質 19.4 g 食塩 3.7 g	1杯分 - 519 kcal 蛋白質 21.1 g 食塩 4.5 g	1杯分 - 514 kcal 蛋白質 19.7 g 食塩 3.2 g	1杯分 - 556 kcal 蛋白質 24.9 g 食塩 3.5 g	1杯分 - 543 kcal 蛋白質 13.3 g 食塩 3.7 g
単品小	がんもの煮物	炒り豆腐	カリフラワーのソテー	ブロッコリーの和え物	大豆えび	チンゲン菜の磯辺和え	金平ごぼう
	1杯分 - 56 kcal 蛋白質 2.4 g 食塩 0.6 g	1杯分 - 66 kcal 蛋白質 4.9 g 食塩 0.6 g	1杯分 - 62 kcal 蛋白質 2.7 g 食塩 0.5 g	1杯分 - 30 kcal 蛋白質 1.6 g 食塩 0.6 g	1杯分 - 76 kcal 蛋白質 6.9 g 食塩 0.8 g	1杯分 - 16 kcal 蛋白質 0.9 g 食塩 0.7 g	1杯分 - 70 kcal 蛋白質 0.9 g 食塩 0.4 g
単品デ	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)	腸活ゼリー(オレンジ)	腸活ゼリー(ソルティライフ)
	1杯分 - 35 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	1杯分 - 49 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	1杯分 - 52 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	1杯分 - 51 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	1杯分 - 51 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	1杯分 - 50 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	1杯分 - 38 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g
	1杯分 - 1601 kcal 蛋白質 52.6 g 食塩 8.6 g	1杯分 - 1464 kcal 蛋白質 50.4 g 食塩 8.9 g	1杯分 - 1409 kcal 蛋白質 43.3 g 食塩 7.7 g	1杯分 - 1572 kcal 蛋白質 50.2 g 食塩 10.4 g	1杯分 - 1531 kcal 蛋白質 56.3 g 食塩 8.6 g	1杯分 - 1510 kcal 蛋白質 46.2 g 食塩 8.2 g	1杯分 - 1508 kcal 蛋白質 46.4 g 食塩 8.3 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：2026年9月29日(火)～2026年10月5日(月)

	火 29	水 30	木 1	金 2	土 3	日 4	月 5
朝食	米飯	米飯					
	肉団子のコンソメ煮	ブロッコリーの胡麻和え					
	マカロニサラダ	大豆の煮物					
	エネルギー 401 kcal 蛋白質 8.5 g	エネルギー 332 kcal 蛋白質 12.1 g					
	食塩 0.8 g	食塩 1.2 g					
昼食	米飯	キーマカレー					
	鶏とポテトのケチャップ和え・	スナッペンどうの炒め物					
	ピーマンのおかか煮	コンソメスープ					
	味噌汁(里芋・玉ねぎ)						
	エネルギー 516 kcal 蛋白質 15.1 g	エネルギー 682 kcal 蛋白質 21.7 g					
夕食	食塩 2.5 g	食塩 5.2 g					
	米飯	米飯					
	メルルーサの幽庵焼き	さばの味噌煮・					
	切干大根の煮物	チンゲン菜の香味和え					
	ほうれん草のお浸し	キャベツのソテー					
単品小	味噌汁(はくさい・あげ)	清し汁(豆腐)					
	エネルギー 427 kcal 蛋白質 19.9 g	エネルギー 534 kcal 蛋白質 23.1 g					
	食塩 2.9 g	食塩 3.8 g					
	春雨の中華和え	オニオンサラダ					
	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					
単品デ	食塩 0.6 g	食塩 0.4 g					
	腸活ゼリー(抹茶)	腸活ゼリー(ｸﾞｱﾊﾞｰ)					
	エネルギー 55 kcal 蛋白質 0.1 g	エネルギー 51 kcal 蛋白質 0.0 g					
	食塩 0.3 g	食塩 0.3 g					
	エネルギー 1451 kcal 蛋白質 44.9 g	エネルギー 1641 kcal 蛋白質 58.2 g					
	食塩 7.1 g	食塩 10.9 g					