月間献立予定表（全仕上げ）

デリケア㈱茨木工場

日付	朝食	昼食	夕食	小鉢 デザート
11/1 (日)	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 ワンタンスープ	米飯 肉豆腐(豚) 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 腸活ｾﾞﾘｰ(紅茶)
11/2 (月)	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・しめじ)	小松菜のお浸し 腸活ｾﾞﾘｰ(マンゴー)
11/3 (火)	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 メルルーサの南部焼き 菜の花のからし和え キャベツのソテー 味噌汁(豆腐)	チンゲン菜のピーナツ和え 腸活ｾﾞﾘｰ(青りんご)
11/4 (水)	米飯 大豆とウインナーのコンソメ煮 ブロッコリーの炒め物	米飯 あじの揚げ浸し ナポリタン 味噌汁(青菜・人参)	米飯 おでん はくさいの浅漬け じゃこピーマン 味噌汁(しめじ･あげ)	オクラの和え物 腸活ｾﾞﾘｰ(巨峰)
11/5 (木)	米飯 カリフラワーのクリーム煮 小松菜のソテー	米飯 筑前煮(鶏) ひじき入り卵の花 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 コーンスープ	きゅうりのごま油和え 腸活ｾﾞﾘｰ(ピーチ)
11/6 (金)	米飯 温野菜サラダ ごぼうの炒め煮	米飯 タラのムニエル 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 菜の花のお浸し 味噌汁(はくさい・わかめ)	ほうれん草のガーリックソテー 腸活ｾﾞﾘｰ(ｵﾚﾝｼﾞ)
11/7 (土)	米飯 スクランブルエッグ 玉ねぎのポン酢和え	米飯 醤油ラーメン(麺) 大根と豚肉の煮物 デザート(カクテル缶)	米飯 ミンチカツ 人参しりしり もずく和え 味噌汁(玉ねぎ･あげ)	チンゲン菜のおかか和え 腸活ｾﾞﾘｰ(ﾘﾙﾃｨﾗｲﾁ)
11/8 (日)	米飯 チキンボールのコンソメ煮 ピーマンのソテー	米飯 豚じゃが 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 小松菜の和え物 きのこ炒り豆腐 味噌汁(青菜･あげ)	茄子の炒め物 腸活ｾﾞﾘｰ(抹茶)
11/9 (月)	米飯 菜の花の炒め物 カリフラワーのサラダ	米飯 豚肉の炒め物 オクラの昆布和え 味噌汁(豆腐)	米飯 あじのなめろうフライ ほうれん草のソテー ポテトサラダ 味噌汁(しめじ･人参)	里芋のそぼろ煮 腸活ｾﾞﾘｰ(ｸﾞｧﾊﾞ)
11/10 (火)	米飯 卵とじ マカロニソテー	米飯 カレイの西京焼き 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 チンゲン菜のお浸し いとこ煮 味噌汁(里芋･えのき)	れんこん金平 腸活ｾﾞﾘｰ(ﾏｽｶｯﾄ)
11/11 (水)	米飯 じゃがいもの炒め物 きゅうりとツナの和え物	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)	米飯 具沢山豚汁 菜の花のからし和え 厚焼き卵 デザート（パイン缶）	オニオンサラダ 腸活ｾﾞﾘｰ(紅茶)
11/12 (木)	米飯 ハムエッグ スナップえんどうの炒め物	米飯 メルルーサの照り焼き オクラのかき醤油和え 味噌汁(青菜･玉ねぎ)	コーンライス ◆焼かないグラタン(鶏) ブロッコリーのﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ和え コンソメスープ	がんもの煮物 腸活ｾﾞﾘｰ(マンゴー)
11/13 (金)	米飯 卵とじ キャベツのソテー	米飯 ポークチャップ さつまいもサラダ 味噌汁(里芋･あげ)	鮭の散らし寿司 ほうれん草のお浸し 金時豆煮 清し汁(えのき･わかめ)	切干大根の煮物 腸活ｾﾞﾘｰ(青りんご)
11/14 (土)	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 卯の花 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)	チンゲン菜の和え物 腸活ｾﾞﾘｰ(巨峰)
11/15 (日)	米飯 小松菜のソテー ポテトサラダ	オムライス ブロッコリーの和え物 コンソメスープ	米飯 タラの胡麻味噌焼き 菜の花のからし和え 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 腸活ｾﾞﾘｰ(ピーチ)

月間献立予定表（全仕上げ）

デリケア㈱茨木工場

日付	朝食	昼食	夕食	小鉢 デザート
11/16 (月)	米飯 大豆とウインナーのコンソメ煮 きゅうりのﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ和え	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 腸活ｾﾞﾘｰ(ｵﾚﾝｼﾞ)
11/17 (火)	米飯 スクランブルエッグ オニオンサラダ	米飯 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(ギャベツ・玉ねぎ)	カリフラワーのﾏﾖﾈｰｽﾞ和え 腸活ｾﾞﾘｰ(ﾂﾙﾃｨﾗｲﾁ)
11/18 (水)	米飯 さつまいもサラダ いんげんの炒め物	米飯 グ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 豚肉の甘辛炒め 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 腸活ｾﾞﾘｰ(抹茶)
11/19 (木)	米飯 高野豆腐の卵とじ 温野菜サラダ	米飯 八宝菜(豚) ブロッコリーの和え物 味噌汁(大根･玉ねぎ)	米飯 海老カツ 小松菜の磯辺和え 茄子のおかか煮 味噌汁(えのぎ･人参)	大豆の煮物 腸活ｾﾞﾘｰ(ｸﾞｧﾊﾞ)
11/20 (金)	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 ピ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 腸活ｾﾞﾘｰ(ﾏｽｶｯﾄ)
11/21 (土)	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 鶏肉のから揚げ 菜の花のお浸し じゃこピーマン 味噌汁(玉ねぎ･人参)	きゅうりの梅肉和え 腸活ｾﾞﾘｰ(紅茶)
11/22 (日)	米飯 ハムエッグ ほうれん草の塩だれ炒め	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 カレイの味噌マヨ焼き 小松菜の和え物 大豆のそぼろ煮 清し汁(はくさい・大根)	ひじき入り卵の花 腸活ｾﾞﾘｰ(マンゴー)
11/23 (月)	米飯 ウ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(豆腐)	米飯 鶏ごぼうｲﾘ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 腸活ｾﾞﾘｰ(青りんご)
11/24 (火)	米飯 きのこソテー ほくさいのポン酢和え	ビビンバ丼(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 腸活ｾﾞﾘｰ(巨峰)
11/25 (水)	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 小松菜の煮浸し 味噌汁(えのき･大根)	ミニお好み焼き 腸活ｾﾞﾘｰ(ピーチ)
11/26 (木)	米飯 キャベツのﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ和え れんこん金平	ゆかりご飯 にゅうめん(麺) 茄子のそぼろ煮 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(豆腐)	きゅうりの浅漬け 腸活ｾﾞﾘｰ(ｵﾚﾝｼﾞ)
11/27 (金)	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 菜の花のお浸し 大根の煮物 清し汁(はくさい・あげ)	オクラの昆布和え 腸活ｾﾞﾘｰ(ﾂﾙﾃｨﾗｲﾁ)
11/28 (土)	米飯 厚焼き卵 小松菜の炒め物	米飯 寄せ鍋(豚) ほうれん草のおかか和え デザート(カクテル缶)	米飯 白身魚の香り揚げ 味噌じゃこ大豆 ポテトサラダ 清し汁(えのき･わかめ)	かぼちゃの煮物 腸活ｾﾞﾘｰ(抹茶)
11/29 (日)	米飯 和風スパゲティ ひじきサラダ	米飯 鶏肉の照り焼き チンゲン菜のピーナツ和え 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 腸活ｾﾞﾘｰ(ﾏｽｶｯﾄ)
11/30 (月)	米飯 スナップえんどうのソテー キャベツのﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ和え	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(えのき･人参)	炒り豆腐 腸活ｾﾞﾘｰ(ｸﾞｧﾊﾞ)

<献立表>

現場　　：デリケア㈱茨木工場
献立種類：全仕上げ(通常／A)
年月日　：2026年11月1日（日）～ 2026年11月7日（土）

	日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6	7
朝食	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 大豆とウインナーのコンソメ煮 ブロッコリーの炒め物	米飯 カリフラワーのクリーム煮 小松菜のソテー	米飯 温野菜サラダ ごぼうの炒め煮	米飯 スクランブルエッグ 玉ねぎのポン酢和え
	ｴﾈﾙｷﾞｰ 378 kcal 蛋白質 11.4ｇ 食塩　0.6ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 408 kcal 蛋白質 8.7ｇ 食塩　1.0ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 310 kcal 蛋白質 7.0ｇ 食塩　0.8ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 343 kcal 蛋白質 11.0ｇ 食塩　1.2ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 346 kcal 蛋白質 8.8ｇ 食塩　1.5ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 336 kcal 蛋白質 7.1ｇ 食塩　0.7ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 374 kcal 蛋白質 13.1ｇ 食塩　0.9ｇ
昼食	米飯 白身魚のチリソースかけ チョレギサラダ ワンタンスープ	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)	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 あじの揚げ浸し ナポリタン 味噌汁(青菜・人参)	米飯 筑前煮(鶏) ひじき入り卵の花 味噌汁(青菜・えのき)	米飯 タラのムニエル パプリカのマリネ コンソメスープ	米飯 醤油ラーメン(麺) 大根と豚肉の煮物 デザート(カクテル缶)
	ｴﾈﾙｷﾞｰ 454 kcal 蛋白質 17.9ｇ 食塩　2.6ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 433 kcal 蛋白質 21.4ｇ 食塩　2.8ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 607 kcal 蛋白質 18.0ｇ 食塩　3.8ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 583 kcal 蛋白質 20.3ｇ 食塩　2.8ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 482 kcal 蛋白質 17.8ｇ 食塩　3.1ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 390 kcal 蛋白質 16.2ｇ 食塩　3.3ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 550 kcal 蛋白質 17.4ｇ 食塩　6.3ｇ
夕食	米飯 肉豆腐(豚) 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・しめじ)	米飯 メルルーサの南部焼き 菜の花のからし和え キャベツのソテー 味噌汁(豆腐)	米飯 おでん はくさいの浅漬け じゃこピーマン 味噌汁(しめじ･あげ)	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 コーンスープ	米飯 豆腐チャンプルー(ツナ) 揚げない大学いも 菜の花のお浸し 味噌汁(はくさい・わかめ)	米飯 ミンチカツ 人参しりしり もずく和え 味噌汁(玉ねぎ･あげ)
	ｴﾈﾙｷﾞｰ 594 kcal 蛋白質 26.4ｇ 食塩　3.9ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 646 kcal 蛋白質 18.9ｇ 食塩　3.9ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 482 kcal 蛋白質 22.4ｇ 食塩　3.4ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 494 kcal 蛋白質 19.5ｇ 食塩　4.8ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 583 kcal 蛋白質 15.9ｇ 食塩　4.3ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 699 kcal 蛋白質 23.3ｇ 食塩　4.6ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 609 kcal 蛋白質 14.1ｇ 食塩　2.8ｇ
単品小	れんこん金平	小松菜のお浸し	チンゲン菜のピーナツ和え	オクラの和え物	きゅうりのごま油和え	ほうれん草のガーリックソテー	チンゲン菜のおかか和え
	ｴﾈﾙｷﾞｰ 84 kcal 蛋白質 2.1ｇ 食塩　0.6ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 15 kcal 蛋白質 1.3ｇ 食塩　0.6ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 63 kcal 蛋白質 2.4ｇ 食塩　0.5ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 30 kcal 蛋白質 1.7ｇ 食塩　0.7ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 21 kcal 蛋白質 0.8ｇ 食塩　0.7ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 46 kcal 蛋白質 2.7ｇ 食塩　0.4ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 25 kcal 蛋白質 1.6ｇ 食塩　0.7ｇ
単品デ	腸活ｾﾞﾘｰ(紅茶)	腸活ｾﾞﾘｰ(マンゴー)	腸活ｾﾞﾘｰ(青りんご)	腸活ｾﾞﾘｰ(巨峰)	腸活ｾﾞﾘｰ(ピーチ)	腸活ｾﾞﾘｰ(ｵﾚﾝｼﾞ)	腸活ｾﾞﾘｰ(ｿﾙﾃｨﾗｲﾁ)
	ｴﾈﾙｷﾞｰ 35 kcal 蛋白質 0.0ｇ 食塩　0.3ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 49 kcal 蛋白質 0.0ｇ 食塩　0.3ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 52 kcal 蛋白質 0.0ｇ 食塩　0.3ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 51 kcal 蛋白質 0.0ｇ 食塩　0.3ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 51 kcal 蛋白質 0.0ｇ 食塩　0.3ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 50 kcal 蛋白質 0.0ｇ 食塩　0.3ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 38 kcal 蛋白質 0.0ｇ 食塩　0.3ｇ
	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1545 kcal 蛋白質 57.8ｇ 食塩　8.0ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1551 kcal 蛋白質 50.3ｇ 食塩　8.6ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1514 kcal 蛋白質 49.8ｇ 食塩　8.8ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1501 kcal 蛋白質 52.5ｇ 食塩　9.8ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1483 kcal 蛋白質 43.3ｇ 食塩　9.9ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1521 kcal 蛋白質 49.3ｇ 食塩　9.3ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1596 kcal 蛋白質 46.2ｇ 食塩　11.0ｇ

<献立表>

現場　　：デリケア㈱茨木工場
献立種類：全仕上げ(通常／A)
年月日　：2026年11月8日（日）～ 2026年11月14日（土）

	日	月	火	水	木	金	土
	8	9	10	11	12	13	14
朝食	米飯 チキンボールのコンソメ煮 ピーマンのソテー	米飯 菜の花の炒め物 カリフラワーのサラダ	米飯 卵とじ マカロニソテー	米飯 じゃがいもの炒め物 きゅうりとツナの和え物	米飯 ハムエッグ スナップえんどうの炒め物	米飯 卵とじ キャベツのソテー	米飯 大根サラダ ごぼうの甘辛炒め
	ｴﾈﾙｷﾞｰ 343 kcal 蛋白質 8.7ｇ 食塩　1.2ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 313 kcal 蛋白質 8.1ｇ 食塩　0.7ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 419 kcal 蛋白質 14.2ｇ 食塩　1.2ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 336 kcal 蛋白質 7.0ｇ 食塩　1.1ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 418 kcal 蛋白質 14.0ｇ 食塩　0.9ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 381 kcal 蛋白質 12.4ｇ 食塩　1.0ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 359 kcal 蛋白質 7.5ｇ 食塩　1.0ｇ
昼食	米飯 豚じゃが 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 オクラの昆布和え 味噌汁(豆腐)	米飯 カレイの西京焼き 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)	米飯 メルルーサの照り焼き オクラのかき醤油和え 味噌汁(青菜･玉ねぎ)	米飯 ポークチャップ さつまいもサラダ 味噌汁(里芋･あげ)	米飯 白身魚の竜田揚げ 卵の花 味噌汁(青菜・しめじ)
	ｴﾈﾙｷﾞｰ 448 kcal 蛋白質 16.7ｇ 食塩　3.9ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 529 kcal 蛋白質 21.4ｇ 食塩　2.7ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 379 kcal 蛋白質 20.2ｇ 食塩　3.6ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 551 kcal 蛋白質 21.7ｇ 食塩　3.1ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 404 kcal 蛋白質 18.5ｇ 食塩　3.0ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 655 kcal 蛋白質 19.6ｇ 食塩　2.6ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 483 kcal 蛋白質 19.4ｇ 食塩　2.8ｇ
夕食	米飯 鶏肉の梅肉ソースかけ 小松菜の和え物 きのこ炒り豆腐 味噌汁(青菜･あげ)	米飯 あじのなめろうフライ ほうれん草のソテー 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 チンゲン菜のお浸し いとこ煮 味噌汁(里芋･えのき)	米飯 具沢山豚汁 菜の花のからし和え 厚焼き卵 デザート（パイン缶）	コーンライス ◆焼かないグラタン(鶏) ブロッコリーのﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ和え コンソメスープ	鮭の散らし寿司 ほうれん草のお浸し 金時豆煮 清し汁(えのき･わかめ)	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)
	ｴﾈﾙｷﾞｰ 580 kcal 蛋白質 27.9ｇ 食塩　4.2ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 597 kcal 蛋白質 17.1ｇ 食塩　2.9ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 536 kcal 蛋白質 23.5ｇ 食塩　4.0ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 546 kcal 蛋白質 24.8ｇ 食塩　3.8ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 579 kcal 蛋白質 21.8ｇ 食塩　3.7ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 435 kcal 蛋白質 15.8ｇ 食塩　4.5ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 609 kcal 蛋白質 20.5ｇ 食塩　4.3ｇ
単品小	茄子の炒め物	里芋のそぼろ煮	れんこん金平	オニオンサラダ	がんもの煮物	切干大根の煮物	チンゲン菜の和え物
	ｴﾈﾙｷﾞｰ 75 kcal 蛋白質 1.7ｇ 食塩　0.5ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 75 kcal 蛋白質 2.8ｇ 食塩　0.6ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 67 kcal 蛋白質 0.6ｇ 食塩　0.4ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 58 kcal 蛋白質 2.1ｇ 食塩　0.5ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 56 kcal 蛋白質 2.4ｇ 食塩　0.6ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 62 kcal 蛋白質 1.9ｇ 食塩　0.4ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 36 kcal 蛋白質 1.9ｇ 食塩　0.7ｇ
単品デ	腸活ｾﾞﾘｰ(抹茶)	腸活ｾﾞﾘｰ(ｸﾞｧﾊﾞ)	腸活ｾﾞﾘｰ(ﾏｽｶｯﾄ)	腸活ｾﾞﾘｰ(紅茶)	腸活ｾﾞﾘｰ(マンゴー)	腸活ｾﾞﾘｰ(青りんご)	腸活ｾﾞﾘｰ(巨峰)
	ｴﾈﾙｷﾞｰ 55 kcal 蛋白質 0.1ｇ 食塩　0.3ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 51 kcal 蛋白質 0.0ｇ 食塩　0.3ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 52 kcal 蛋白質 0.0ｇ 食塩　0.3ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 35 kcal 蛋白質 0.0ｇ 食塩　0.3ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 49 kcal 蛋白質 0.0ｇ 食塩　0.3ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 52 kcal 蛋白質 0.0ｇ 食塩　0.3ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 51 kcal 蛋白質 0.0ｇ 食塩　0.3ｇ
	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1501 kcal 蛋白質 55.1ｇ 食塩　10.1ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1565 kcal 蛋白質 49.4ｇ 食塩　7.2ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1453 kcal 蛋白質 58.5ｇ 食塩　9.5ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1526 kcal 蛋白質 55.6ｇ 食塩　8.8ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1506 kcal 蛋白質 56.7ｇ 食塩　8.5ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1585 kcal 蛋白質 49.7ｇ 食塩　8.8ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1538 kcal 蛋白質 49.3ｇ 食塩　9.1ｇ

<献立表>

現場　　：デリケア㈱茨木工場
献立種類：全仕上げ(通常／A)
年月日　：2026年11月15日（日）～ 2026年11月21日（土）

	日	月	火	水	木	金	土
	15	16	17	18	19	20	21
朝食	米飯 小松菜のソテー ポテトサラダ	米飯 大豆とウインナーのコンソメ煮 きゅうりのﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ和え	米飯 スクランブルエッグ オニオンサラダ	米飯 さつまいもサラダ いんげんの炒め物	米飯 高野豆腐の卵とじ 温野菜サラダ	米飯 スクランブルエッグ きゅうりのピクルス	米飯 カリフラワーの炒め物 かぼちゃサラダ
	ｴﾈﾙｷﾞｰ 379 kcal 蛋白質 6.5ｇ 食塩　0.7ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 330 kcal 蛋白質 10.5ｇ 食塩　1.0ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 387 kcal 蛋白質 12.9ｇ 食塩　0.8ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 409 kcal 蛋白質 4.9ｇ 食塩　0.6ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 414 kcal 蛋白質 13.2ｇ 食塩　0.9ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 385 kcal 蛋白質 12.1ｇ 食塩　1.0ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 399 kcal 蛋白質 6.4ｇ 食塩　0.8ｇ
昼食	オムライス ブロッコリーの和え物 コンソメスープ	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 きつねうどん(麺) 豆腐チャンプルー デザート(黄桃缶)	米飯 グ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) ブロッコリーの和え物 味噌汁(大根･玉ねぎ)	チキンカレー 大根サラダ ピーマンとちくわの甘辛炒め	米飯 豚肉の生姜炒め チヂミ 味噌汁(青菜･あげ)
	ｴﾈﾙｷﾞｰ 525 kcal 蛋白質 12.7ｇ 食塩　4.6ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 445 kcal 蛋白質 17.7ｇ 食塩　3.6ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 611 kcal 蛋白質 17.4ｇ 食塩　4.5ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 569 kcal 蛋白質 26.1ｇ 食塩　2.9ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 497 kcal 蛋白質 17.1ｇ 食塩　4.2ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 640 kcal 蛋白質 17.2ｇ 食塩　4.3ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 531 kcal 蛋白質 20.0ｇ 食塩　2.2ｇ
夕食	米飯 タラの胡麻味噌焼き 菜の花のからし和え ひじきとピーマンのソテー 清し汁(玉ねぎ･あげ)	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)	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)	米飯 豚肉の甘辛炒め かぼちゃの煮物 チンゲン菜のお浸し 味噌汁(豆腐)	米飯 海老カツ 小松菜の磯辺和え 茄子のおかか煮 味噌汁(えのき･人参)	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)	米飯 鶏肉のから揚げ 菜の花のお浸し じゃこピーマン 味噌汁(玉ねぎ･人参)
	ｴﾈﾙｷﾞｰ 422 kcal 蛋白質 21.9ｇ 食塩　2.9ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 655 kcal 蛋白質 27.1ｇ 食塩　3.6ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 514 kcal 蛋白質 20.3ｇ 食塩　3.2ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 619 kcal 蛋白質 22.9ｇ 食塩　4.1ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 488 kcal 蛋白質 17.2ｇ 食塩　3.2ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 471 kcal 蛋白質 23.0ｇ 食塩　3.5ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 624 kcal 蛋白質 31.0ｇ 食塩　2.8ｇ
単品小	れんこんの炒め物	蒸ししゅうまい	カリフラワーのﾏﾖﾈｰｽﾞ和え	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
	ｴﾈﾙｷﾞｰ 97 kcal 蛋白質 3.9ｇ 食塩　0.4ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 82 kcal 蛋白質 1.6ｇ 食塩　0.4ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 87 kcal 蛋白質 1.3ｇ 食塩　0.3ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 24 kcal 蛋白質 1.7ｇ 食塩　0.7ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 59 kcal 蛋白質 4.4ｇ 食塩　0.6ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 14 kcal 蛋白質 0.8ｇ 食塩　0.7ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 17 kcal 蛋白質 0.8ｇ 食塩　0.9ｇ
単品デ	腸活ｾﾞﾘｰ(ピーチ)	腸活ｾﾞﾘｰ(ｵﾚﾝｼﾞ)	腸活ｾﾞﾘｰ(ｿﾙﾃｨﾗｲﾁ)	腸活ｾﾞﾘｰ(抹茶)	腸活ｾﾞﾘｰ(ｸﾞｧﾊﾞ)	腸活ｾﾞﾘｰ(ﾏｽｶｯﾄ)	腸活ｾﾞﾘｰ(紅茶)
	ｴﾈﾙｷﾞｰ 51 kcal 蛋白質 0.0ｇ 食塩　0.3ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 50 kcal 蛋白質 0.0ｇ 食塩　0.3ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 38 kcal 蛋白質 0.0ｇ 食塩　0.3ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 55 kcal 蛋白質 0.1ｇ 食塩　0.3ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 51 kcal 蛋白質 0.0ｇ 食塩　0.3ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 52 kcal 蛋白質 0.0ｇ 食塩　0.3ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 35 kcal 蛋白質 0.0ｇ 食塩　0.3ｇ
	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1474 kcal 蛋白質 45.0ｇ 食塩　8.9ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1562 kcal 蛋白質 56.9ｇ 食塩　8.9ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1637 kcal 蛋白質 51.9ｇ 食塩　9.1ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1676 kcal 蛋白質 55.7ｇ 食塩　8.6ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1509 kcal 蛋白質 51.9ｇ 食塩　9.2ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1562 kcal 蛋白質 53.1ｇ 食塩　9.8ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1606 kcal 蛋白質 58.2ｇ 食塩　7.0ｇ

<献立表>

現場　　：デリケア㈱茨木工場
献立種類：全仕上げ(通常／A)
年月日　：2026年11月22日 （日） ～ 2026年11月28日 （土）

	日	月	火	水	木	金	土
	22	23	24	25	26	27	28
朝食	米飯 ハムエッグ ほうれん草の塩だれ炒め	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 キャベツのﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ和え 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 小松菜の炒め物
	ｴﾈﾙｷﾞｰ 396 kcal 蛋白質 12.9ｇ 食塩　1.0ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 344 kcal 蛋白質 6.6ｇ 食塩　1.1ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 298 kcal 蛋白質 6.4ｇ 食塩　0.9ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 347 kcal 蛋白質 9.1ｇ 食塩　1.0ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 340 kcal 蛋白質 5.8ｇ 食塩　0.8ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 386 kcal 蛋白質 6.8ｇ 食塩　0.8ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 335 kcal 蛋白質 9.2ｇ 食塩　1.0ｇ
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)	ゆかりご飯 にゅうめん(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風あん 揚げない大学いも 味噌汁(青菜・椎茸)	米飯 寄せ鍋(豚) ほうれん草のおかか和え デザート(カクテル缶)
	ｴﾈﾙｷﾞｰ 479 kcal 蛋白質 16.6ｇ 食塩　3.6ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 529 kcal 蛋白質 21.2ｇ 食塩　2.4ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 608 kcal 蛋白質 19.6ｇ 食塩　3.8ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 486 kcal 蛋白質 17.9ｇ 食塩　3.1ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 534 kcal 蛋白質 14.2ｇ 食塩　5.0ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 614 kcal 蛋白質 20.7ｇ 食塩　3.5ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 446 kcal 蛋白質 18.7ｇ 食塩　3.3ｇ
夕食	米飯 カレイの味噌マヨ焼き 小松菜の和え物 大豆のそぼろ煮 清し汁(はくさい・大根)	米飯 鶏ごぼうｲﾅﾘ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 小松菜の煮浸し 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(豆腐)	米飯 メルルーサの西京焼き 菜の花のお浸し 大根の煮物 清し汁(はくさい・あげ)	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)
	ｴﾈﾙｷﾞｰ 510 kcal 蛋白質 26.3ｇ 食塩　4.0ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 487 kcal 蛋白質 21.2ｇ 食塩　3.3ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 410 kcal 蛋白質 18.5ｇ 食塩　3.5ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 533 kcal 蛋白質 21.6ｇ 食塩　4.0ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 612 kcal 蛋白質 29.2ｇ 食塩　3.4ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 407 kcal 蛋白質 20.8ｇ 食塩　3.9ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 673 kcal 蛋白質 24.9ｇ 食塩　3.1ｇ
単品小	ひじき入り卵の花	金平ごぼう	ピーマンの甘辛炒め	ミニお好み焼き	きゅうりの浅漬け	オクラの昆布和え	かぼちゃの煮物
	ｴﾈﾙｷﾞｰ 28 kcal 蛋白質 1.0ｇ 食塩　0.3ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 61 kcal 蛋白質 0.9ｇ 食塩　0.4ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 80 kcal 蛋白質 4.0ｇ 食塩　0.4ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 33 kcal 蛋白質 1.1ｇ 食塩　0.4ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 12 kcal 蛋白質 0.4ｇ 食塩　0.8ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 19 kcal 蛋白質 0.9ｇ 食塩　0.4ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 62 kcal 蛋白質 1.2ｇ 食塩　0.7ｇ
単品デ	腸活ｾﾞﾘｰ(マンゴー)	腸活ｾﾞﾘｰ(青りんご)	腸活ｾﾞﾘｰ(巨峰)	腸活ｾﾞﾘｰ(ピーチ)	腸活ｾﾞﾘｰ(ｵﾚﾝｼﾞ)	腸活ｾﾞﾘｰ(ｿﾙﾃｨﾗｲﾁ)	腸活ｾﾞﾘｰ(抹茶)
	ｴﾈﾙｷﾞｰ 49 kcal 蛋白質 0.0ｇ 食塩　0.3ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 52 kcal 蛋白質 0.0ｇ 食塩　0.3ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 51 kcal 蛋白質 0.0ｇ 食塩　0.3ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 51 kcal 蛋白質 0.0ｇ 食塩　0.3ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 50 kcal 蛋白質 0.0ｇ 食塩　0.3ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 38 kcal 蛋白質 0.0ｇ 食塩　0.3ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 55 kcal 蛋白質 0.1ｇ 食塩　0.3ｇ
	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1462 kcal 蛋白質 56.8ｇ 食塩　9.2ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1473 kcal 蛋白質 49.9ｇ 食塩　7.5ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1447 kcal 蛋白質 48.5ｇ 食塩　8.9ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1450 kcal 蛋白質 49.7ｇ 食塩　8.8ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1548 kcal 蛋白質 49.6ｇ 食塩　10.3ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1464 kcal 蛋白質 49.2ｇ 食塩　8.9ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1571 kcal 蛋白質 54.1ｇ 食塩　8.4ｇ

<献立表>

現場　　：デリケア㈱茨木工場
献立種類：全仕上げ(通常／A)
年月日　：2026年11月29日（日）～ 2026年12月5日（土）

	日	月	火	水	木	金	土
	29	30	1	2	3	4	5
朝食	米飯 和風スパゲティ ひじきサラダ	米飯 スナップえんどうのソテー キャベツのﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ和え					
	ｴﾈﾙｷﾞｰ 392 kcal 蛋白質 7.9ｇ 食塩　0.8ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 329 kcal 蛋白質 7.9ｇ 食塩　0.9ｇ					
昼食	米飯 鶏肉の照り焼き チンゲン菜のピーナツ和え 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)					
	ｴﾈﾙｷﾞｰ 605 kcal 蛋白質 25.8ｇ 食塩　3.0ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 427 kcal 蛋白質 14.1ｇ 食塩　4.6ｇ					
夕食	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(えのき･人参)					
	ｴﾈﾙｷﾞｰ 517 kcal 蛋白質 16.6ｇ 食塩　4.3ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 609 kcal 蛋白質 25.4ｇ 食塩　3.5ｇ					
単品小	がんもの煮物	炒り豆腐					
	ｴﾈﾙｷﾞｰ 56 kcal 蛋白質 2.4ｇ 食塩　0.6ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 66 kcal 蛋白質 4.9ｇ 食塩　0.6ｇ					
単品デ	腸活ｾﾞﾘｰ(ﾏｽｶｯﾄ)	腸活ｾﾞﾘｰ(ｸﾞｧﾊﾞ)					
	ｴﾈﾙｷﾞｰ 52 kcal 蛋白質 0.0ｇ 食塩　0.3ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 51 kcal 蛋白質 0.0ｇ 食塩　0.3ｇ					
	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1622 kcal 蛋白質 52.7ｇ 食塩　9.0ｇ	ｴﾈﾙｷﾞｰ 1482 kcal 蛋白質 52.3ｇ 食塩　9.9ｇ					