

月間献立予定表（全仕上げ）

デリケア惣菜木工場

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 チョシギサラダ ワントンスープ	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 腸活ゼリー(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 かきの煮物 清し汁(はくさい・しめじ)	小松菜のお浸し 腸活ゼリー(マンゴー)
11/3 (火)	米飯 いんげんの炒め物 オニオンサラダ	ホークハヤシライス 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 腸活ゼリー(青りんご)
11/4 (水)	米飯 大豆とウィ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 腸活ゼリー(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 かきのおかか煮 チンゲン菜のかき醤油和え コンソメスープ	きゅうりのごま油和え 腸活ゼリー(ピーチ)
11/6 (金)	米飯 温野菜サラダ こぼろの炒め煮	米飯 タラのムニエル ハブリカのマリネ 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 腸活ゼリー(和みかん)
11/7 (土)	米飯 スクランブルエッグ 玉ねぎのボン酢和え	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 腸活ゼリー(ブルーベリー)
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 腸活ゼリー(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 腸活ゼリー(バナナ)
11/10 (火)	米飯 卵とし 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 腸活ゼリー(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 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 腸活ゼリー(紅茶)
11/12 (木)	米飯 ハムエッグ スナックえんどうの炒め物	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) ブロッコリーのドレッシング和え コンソメスープ	がんもの煮物 腸活ゼリー(マンゴー)
11/13 (金)	米飯 卵とし キャベツのソテー	米飯 ホークチャップ 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 腸活ゼリー(青りんご)
11/14 (土)	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 ハブリカのピクルス かぼちゃの煮物 味噌汁(豆腐)	チンゲン菜の和え物 腸活ゼリー(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 腸活ゼリー(ピーチ)

月間献立予定表（全仕上げ）

デリケア惣菜木工場

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(和洋)
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(キャベツ・玉ねぎ)	カリフラワーのマヨネーズ和え 腸活ゼリー(和洋)
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 人参しめじ 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 腸活ゼリー(抹茶)
11/19 (木)	米飯 温野菜豆腐の卵とじ 温野菜サラダ	米飯 八宝菜(豚) フロッキーの和え物 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(えのき・人参)	大豆の煮物 腸活ゼリー(グアバ)
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 腸活ゼリー(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 腸活ゼリー(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 腸活ゼリー(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 鶏こぼろけり野菜の炊き合わせ 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(青りんご)
11/24 (火)	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) フロッキーの和え物 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(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 腸活ゼリー(ピーチ)
11/26 (木)	米飯 キャベツのドレッシング和え 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 腸活ゼリー(和洋)
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 腸活ゼリー(和洋)
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 腸活ゼリー(抹茶)
11/29 (日)	米飯 和風スバゲティ 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 腸活ゼリー(マスカット)
11/30 (月)	米飯 スタ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 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 腸活ゼリー(グアバ)

<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 1	月 2	火 3	水 4	木 5	金 6	土 7
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	スパゲティサラダ	いんげんの炒め物	大豆とウインナーのコンソメ煮	カリフラワーのクリーム煮	温野菜サラダ	スクランブルエッグ
	のり塩ポテト	肉団子のコンソメ煮	オニオンサラダ	ブロッコリーの炒め物	小松菜のソテー	ごぼうの炒め煮	玉ねぎのポン酢和え
	1人1食あたり 378 kcal 蛋白質 11.4 g 食塩 0.6 g	1人1食あたり 408 kcal 蛋白質 8.7 g 食塩 1.0 g	1人1食あたり 310 kcal 蛋白質 7.0 g 食塩 0.8 g	1人1食あたり 343 kcal 蛋白質 11.0 g 食塩 1.2 g	1人1食あたり 346 kcal 蛋白質 8.8 g 食塩 1.5 g	1人1食あたり 336 kcal 蛋白質 7.1 g 食塩 0.7 g	1人1食あたり 374 kcal 蛋白質 13.1 g 食塩 0.9 g
昼食	米飯	米飯	ポークハヤシライス	米飯	米飯	米飯	米飯
	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	あじの揚げ浸し	筑前煮(鶏)	タラのムニエル	醤油ラーメン(麺)
	チョレギサラダ	切干大根の煮物	じゃがいもの炒め物	ナポリタン	ひじき入り卵の花	パプリカのマリネ	大根と豚肉の煮物
	ワントンスープ	味噌汁(里芋・玉ねぎ)		味噌汁(青菜・人参)	味噌汁(青菜・えのき)	コンソメスープ	デザート(カクテル缶)
	1人1食あたり 452 kcal 蛋白質 17.8 g 食塩 2.6 g	1人1食あたり 433 kcal 蛋白質 21.4 g 食塩 2.8 g	1人1食あたり 607 kcal 蛋白質 18.0 g 食塩 3.8 g	1人1食あたり 583 kcal 蛋白質 20.3 g 食塩 2.8 g	1人1食あたり 482 kcal 蛋白質 17.8 g 食塩 3.1 g	1人1食あたり 390 kcal 蛋白質 16.2 g 食塩 3.3 g	1人1食あたり 550 kcal 蛋白質 17.4 g 食塩 6.3 g
夕食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	肉豆腐(豚)	酢鶏	メルルーサの南部焼き	おでん	和風おろしハンバーグ	豆腐チャンプルー(ツナ)	ミンチカツ
	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	はくさいの浅漬け	茄子のおかか煮	揚げない大学いも	人参しりしり
	ほうれん草の和え物	茄子の煮物	キャベツのソテー	じゃこピーマン	チンゲン菜のかき醤油和え	菜の花のお浸し	もずく和え
	味噌汁(椎茸・わかめ)	清し汁(はくさい・しめじ)	味噌汁(豆腐)	味噌汁(しめじ・あげ)	コーンスープ	味噌汁(はくさい・わかめ)	味噌汁(玉ねぎ・あげ)
	1人1食あたり 594 kcal 蛋白質 26.4 g 食塩 3.9 g	1人1食あたり 646 kcal 蛋白質 18.9 g 食塩 3.9 g	1人1食あたり 482 kcal 蛋白質 22.4 g 食塩 3.4 g	1人1食あたり 494 kcal 蛋白質 19.5 g 食塩 4.8 g	1人1食あたり 583 kcal 蛋白質 15.9 g 食塩 4.3 g	1人1食あたり 699 kcal 蛋白質 23.3 g 食塩 4.6 g	1人1食あたり 609 kcal 蛋白質 14.1 g 食塩 2.8 g
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
	1人1食あたり 84 kcal 蛋白質 2.1 g 食塩 0.6 g	1人1食あたり 15 kcal 蛋白質 1.3 g 食塩 0.6 g	1人1食あたり 63 kcal 蛋白質 2.4 g 食塩 0.5 g	1人1食あたり 30 kcal 蛋白質 1.7 g 食塩 0.7 g	1人1食あたり 21 kcal 蛋白質 0.8 g 食塩 0.7 g	1人1食あたり 46 kcal 蛋白質 2.7 g 食塩 0.4 g	1人1食あたり 25 kcal 蛋白質 1.6 g 食塩 0.7 g
	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(ソルティイチ)
単品デ	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 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 38 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g
	1人1食あたり 1543 kcal 蛋白質 57.7 g 食塩 8.0 g	1人1食あたり 1551 kcal 蛋白質 50.3 g 食塩 8.6 g	1人1食あたり 1514 kcal 蛋白質 49.8 g 食塩 8.8 g	1人1食あたり 1501 kcal 蛋白質 52.5 g 食塩 9.8 g	1人1食あたり 1483 kcal 蛋白質 43.3 g 食塩 9.9 g	1人1食あたり 1521 kcal 蛋白質 49.3 g 食塩 9.3 g	1人1食あたり 1596 kcal 蛋白質 46.2 g 食塩 11.0 g

<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 8	月 9	火 10	水 11	木 12	金 13	土 14
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	菜の花の炒め物	卵とじ	じゃがいもの炒め物	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	マカロニソテー	きゅうりとツナの和え物	スナッペンどうの炒め物	キャベツのソテー	ごぼうの甘辛炒め
	エネルギー 343 kcal 蛋白質 8.7 g 食塩 1.2 g	エネルギー 313 kcal 蛋白質 8.1 g 食塩 0.7 g	エネルギー 419 kcal 蛋白質 14.2 g 食塩 1.2 g	エネルギー 336 kcal 蛋白質 7.0 g 食塩 1.1 g	エネルギー 418 kcal 蛋白質 14.0 g 食塩 0.9 g	エネルギー 381 kcal 蛋白質 12.4 g 食塩 1.0 g	エネルギー 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
	豚じゃが	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	メルルーサの照り焼き	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	オクラの昆布和え	大根の胡麻酢和え	いんげんの炒め物	オクラのかき醤油和え	さつまいもサラダ	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)	味噌汁(青菜・玉ねぎ)	味噌汁(里芋・あげ)	味噌汁(青菜・しめじ)
	エネルギー 448 kcal 蛋白質 16.7 g 食塩 3.9 g	エネルギー 529 kcal 蛋白質 21.4 g 食塩 2.7 g	エネルギー 379 kcal 蛋白質 20.2 g 食塩 3.6 g	エネルギー 576 kcal 蛋白質 21.8 g 食塩 3.1 g	エネルギー 404 kcal 蛋白質 18.5 g 食塩 3.0 g	エネルギー 655 kcal 蛋白質 19.6 g 食塩 2.6 g	エネルギー 483 kcal 蛋白質 19.4 g 食塩 2.8 g
夕食	米飯	米飯	米飯	米飯	コーンライス	鮭の散らし寿司	米飯
	鶏肉の梅肉ソースかけ	あじのなめろうフライ	鶏肉の塩だれ炒め煮	具沢山豚汁	◆焼かないグラタン(鶏)	ほうれん草のお浸し	鶏肉と白菜の中華煮
	小松菜の和え物	ほうれん草のソテー	チンゲン菜のお浸し	菜の花のからし和え	ブロッコリーのドレッシング和え	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	コンソメスープ	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 (パイン缶)			味噌汁(豆腐)
	エネルギー 580 kcal 蛋白質 27.9 g 食塩 4.2 g	エネルギー 597 kcal 蛋白質 17.1 g 食塩 2.9 g	エネルギー 536 kcal 蛋白質 23.5 g 食塩 4.0 g	エネルギー 546 kcal 蛋白質 24.8 g 食塩 3.8 g	エネルギー 580 kcal 蛋白質 21.8 g 食塩 3.7 g	エネルギー 435 kcal 蛋白質 15.8 g 食塩 4.5 g	エネルギー 609 kcal 蛋白質 20.5 g 食塩 4.3 g
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
	エネルギー 75 kcal 蛋白質 1.7 g 食塩 0.5 g	エネルギー 75 kcal 蛋白質 2.8 g 食塩 0.6 g	エネルギー 67 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 56 kcal 蛋白質 2.4 g 食塩 0.6 g	エネルギー 62 kcal 蛋白質 1.9 g 食塩 0.4 g	エネルギー 36 kcal 蛋白質 1.9 g 食塩 0.7 g
単品デ	腸活ゼリー(抹茶)	腸活ゼリー(ｸﾞｱﾊﾞｰ)	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 1501 kcal 蛋白質 55.1 g 食塩 10.1 g	エネルギー 1565 kcal 蛋白質 49.4 g 食塩 7.2 g	エネルギー 1453 kcal 蛋白質 58.5 g 食塩 9.5 g	エネルギー 1551 kcal 蛋白質 55.7 g 食塩 8.8 g	エネルギー 1507 kcal 蛋白質 56.7 g 食塩 8.5 g	エネルギー 1585 kcal 蛋白質 49.7 g 食塩 8.8 g	エネルギー 1538 kcal 蛋白質 49.3 g 食塩 9.1 g

<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 15	月 16	火 17	水 18	木 19	金 20	土 21
朝食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	小松菜のソテー	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 379 kcal 蛋白質 6.5 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 409 kcal 蛋白質 4.9 g 食塩 0.6 g	エネルギー 414 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	きつねうどん(麺)	グリルチキンおろしソース	八宝菜(豚)	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	チヂミ
		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 525 kcal 蛋白質 12.7 g 食塩 4.6 g	エネルギー 445 kcal 蛋白質 17.7 g 食塩 3.6 g	エネルギー 611 kcal 蛋白質 17.4 g 食塩 4.5 g	エネルギー 569 kcal 蛋白質 26.1 g 食塩 2.9 g	エネルギー 497 kcal 蛋白質 17.1 g 食塩 4.2 g	エネルギー 640 kcal 蛋白質 17.2 g 食塩 4.3 g	エネルギー 531 kcal 蛋白質 20.0 g 食塩 2.2 g
夕食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	タラの胡麻味噌焼き	鶏天南蛮	がんもと野菜の炊き合わせ(豚)	豚肉の甘辛炒め	海老カツ	タラと野菜の味噌ソース	鶏肉のから揚げ
	菜の花のからし和え	オクラの和え物	もずく和え	かぼちゃの煮物	小松菜の磯辺和え	ほうれん草のソテー	菜の花のお浸し
	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 422 kcal 蛋白質 21.9 g 食塩 2.9 g	エネルギー 655 kcal 蛋白質 27.1 g 食塩 3.6 g	エネルギー 514 kcal 蛋白質 20.3 g 食塩 3.2 g	エネルギー 619 kcal 蛋白質 22.9 g 食塩 4.1 g	エネルギー 488 kcal 蛋白質 17.2 g 食塩 3.2 g	エネルギー 471 kcal 蛋白質 23.0 g 食塩 3.5 g	エネルギー 624 kcal 蛋白質 31.0 g 食塩 2.8 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 97 kcal 蛋白質 3.9 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 4.4 g 食塩 0.6 g	エネルギー 14 kcal 蛋白質 0.8 g 食塩 0.7 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(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(クアハ)	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 1474 kcal 蛋白質 45.0 g 食塩 8.9 g	エネルギー 1562 kcal 蛋白質 56.9 g 食塩 8.9 g	エネルギー 1637 kcal 蛋白質 51.9 g 食塩 9.1 g	エネルギー 1676 kcal 蛋白質 55.7 g 食塩 8.6 g	エネルギー 1509 kcal 蛋白質 51.9 g 食塩 9.2 g	エネルギー 1562 kcal 蛋白質 53.1 g 食塩 9.8 g	エネルギー 1606 kcal 蛋白質 58.2 g 食塩 7.0 g

<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 22	月 23	火 24	水 25	木 26	金 27	土 28
朝食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	ハムエッグ	ウインナーのコンソメ煮	きのこソテー	肉団子のコンソメ煮	キャベツのドレッシング和え	ピーマンのソテー	厚焼き卵
	ほうれん草の塩だれ炒め	温野菜サラダ	はくさいのポン酢和え	オニオンサラダ	れんこん金平	マカロニサラダ	小松菜の炒め物
	1人1食あたり 396 kcal 蛋白質 12.9 g	1人1食あたり 344 kcal 蛋白質 6.6 g	1人1食あたり 298 kcal 蛋白質 6.4 g	1人1食あたり 347 kcal 蛋白質 9.1 g	1人1食あたり 340 kcal 蛋白質 5.8 g	1人1食あたり 386 kcal 蛋白質 6.8 g	1人1食あたり 335 kcal 蛋白質 9.2 g
	食塩 1.0 g	食塩 1.1 g	食塩 0.9 g	食塩 1.0 g	食塩 0.8 g	食塩 0.8 g	食塩 1.0 g
昼食	米飯	米飯	ピビンバ丼(牛豚)	米飯	ゆかりご飯	米飯	米飯
	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	厚揚げと里芋の煮物	にゅうめん(麺)	海老と卵の炒め物和风あん	寄せ鍋(豚)
	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)	もずく和え	茄子のそぼろ煮	揚げない大学いも	ほうれん草のおかか和え
	味噌汁(玉ねぎ・わかめ)	味噌汁(豆腐)		味噌汁(玉ねぎ・わかめ)	デザート(みかん缶)	味噌汁(青菜・椎茸)	デザート(カクテル缶)
	1人1食あたり 479 kcal 蛋白質 16.6 g	1人1食あたり 529 kcal 蛋白質 21.2 g	1人1食あたり 608 kcal 蛋白質 19.6 g	1人1食あたり 486 kcal 蛋白質 17.9 g	1人1食あたり 534 kcal 蛋白質 14.2 g	1人1食あたり 614 kcal 蛋白質 20.7 g	1人1食あたり 446 kcal 蛋白質 18.7 g
	食塩 3.6 g	食塩 2.4 g	食塩 3.8 g	食塩 3.1 g	食塩 5.0 g	食塩 3.5 g	食塩 3.3 g
夕食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	カレイの味噌マヨ焼き	鶏ごぼうけり野菜の炊き合わせ	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	白身魚の香り揚げ
	小松菜の和え物	カリフラワーのチーズ和え	オクラの和え物	いんげんのおかか和え	チンゲン菜のからし和え	菜の花のお浸し	味噌じゃこ大豆
	大豆のそぼろ煮	菜の花のソテー	かぼちゃの煮物	小松菜の煮浸し	カリフラワーのソテー	大根の煮物	ポテトサラダ
	清し汁(はくさい・大根)	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(豆腐)	清し汁(はくさい・あげ)	清し汁(えのき・わかめ)
	1人1食あたり 510 kcal 蛋白質 26.3 g	1人1食あたり 487 kcal 蛋白質 21.2 g	1人1食あたり 410 kcal 蛋白質 18.5 g	1人1食あたり 533 kcal 蛋白質 21.6 g	1人1食あたり 612 kcal 蛋白質 29.2 g	1人1食あたり 407 kcal 蛋白質 20.8 g	1人1食あたり 673 kcal 蛋白質 24.9 g
	食塩 4.0 g	食塩 3.3 g	食塩 3.5 g	食塩 4.0 g	食塩 3.4 g	食塩 3.9 g	食塩 3.1 g
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
	1人1食あたり 28 kcal 蛋白質 1.0 g	1人1食あたり 61 kcal 蛋白質 0.9 g	1人1食あたり 80 kcal 蛋白質 4.0 g	1人1食あたり 33 kcal 蛋白質 1.1 g	1人1食あたり 12 kcal 蛋白質 0.4 g	1人1食あたり 19 kcal 蛋白質 0.9 g	1人1食あたり 62 kcal 蛋白質 1.2 g
	食塩 0.3 g	食塩 0.4 g	食塩 0.4 g	食塩 0.4 g	食塩 0.8 g	食塩 0.4 g	食塩 0.7 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(カルティイ仔)	腸活ゼリー(抹茶)
	1人1食あたり 49 kcal 蛋白質 0.0 g	1人1食あたり 52 kcal 蛋白質 0.0 g	1人1食あたり 51 kcal 蛋白質 0.0 g	1人1食あたり 51 kcal 蛋白質 0.0 g	1人1食あたり 50 kcal 蛋白質 0.0 g	1人1食あたり 38 kcal 蛋白質 0.0 g	1人1食あたり 55 kcal 蛋白質 0.1 g
	食塩 0.3 g	食塩 0.3 g	食塩 0.3 g	食塩 0.3 g	食塩 0.3 g	食塩 0.3 g	食塩 0.3 g
	1人1食あたり 1462 kcal 蛋白質 56.8 g	1人1食あたり 1473 kcal 蛋白質 49.9 g	1人1食あたり 1447 kcal 蛋白質 48.5 g	1人1食あたり 1450 kcal 蛋白質 49.7 g	1人1食あたり 1548 kcal 蛋白質 49.6 g	1人1食あたり 1464 kcal 蛋白質 49.2 g	1人1食あたり 1571 kcal 蛋白質 54.1 g
	食塩 9.2 g	食塩 7.5 g	食塩 8.9 g	食塩 8.8 g	食塩 10.3 g	食塩 8.9 g	食塩 8.4 g

<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 29	月 30	火 1	水 2	木 3	金 4	土 5
朝食	米飯	米飯					
	和風スパゲティ	スナッペンどうのソテー					
	ひじきサラダ	キャベツのドレッシング和え					
	エネルギー 392 kcal 蛋白質 7.9 g	エネルギー 329 kcal 蛋白質 7.9 g					
	食塩 0.8 g	食塩 0.9 g					
昼食	米飯	散らし寿司					
	鶏肉の照り焼き	小松菜の和え物					
	チンゲン菜のピーナツ和え	味噌汁(里芋・あげ)					
	味噌汁(しめじ・玉ねぎ)						
	エネルギー 605 kcal 蛋白質 25.8 g	エネルギー 427 kcal 蛋白質 14.1 g					
夕食	ピラフ	米飯					
	ポトフ	グリルチキン野菜ソース					
	菜の花のガーリックソテー	きのこソテー					
	オニオンサラダ	大根のピクルス					
		味噌汁(えのき・人参)					
単品小	ピラフ	米飯					
	ポトフ	グリルチキン野菜ソース					
	菜の花のガーリックソテー	きのこソテー					
	オニオンサラダ	大根のピクルス					
		味噌汁(えのき・人参)					
単品デ	がんもの煮物	炒り豆腐					
	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					
	食塩 0.6 g	食塩 0.6 g					
	腸活ゼリー(マスカット)	腸活ゼリー(クアハ)					
	エネルギー 52 kcal 蛋白質 0.0 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 1622 kcal 蛋白質 52.7 g	エネルギー 1482 kcal 蛋白質 52.3 g					
	食塩 9.0 g	食塩 9.9 g					