

月間献立予定表（食材）

デリケア株式会社

| 日付 | 朝食 | 昼食 | 夕食 | 小鉢 |
|-------------|--------------------------------|--|--|-------------|
| 3/1 (水) | 米飯 マカロニサラダ ほうれん草のソテー | 米飯 ホットフ キャベツの炒め物 デザート(白桃缶) | 米飯 あじの焼き南蛮漬け 玉ねぎのタマネギ かぶの煮物 清汁(豆腐・ねぎ) | 春雨サラダ |
| 3/2 (木) | 米飯 スグランブルエッグ 玉ねぎのポン酢和え | ビビンバ丼(牛) サクランブルエッグのチーズ和え わかめスープ | 米飯 メバルの照り焼き じろのほかが和え 大豆の煮物 味噌汁(椎茸・ねぎ) | 焼きじゃが |
| 3/3 (金) | 米飯 茄子のミートソース煮 ごぼうサラダ | 米飯 白身魚の竜田揚げ ひじきの煮物 味噌汁(長芋・ねぎ) | 散らし寿司 菜の花のからし和え 炊き合わせ 粕汗 | オクラの和え物 |
| 3/4 (土) | 米飯 ほうれん草のソテー オニオングラウト | 米飯 豚バラ大根 はくさいの梅肉和え 味噌汁(油揚げ・ねぎ) | 米飯 ハンバーグ(C-8オイル入り)入 さゆうりの浅漬け たらこスパゲティ 味噌汁(あおざ) | ピーマンのかき醤油炒め |
| 3/5 (日) | 米飯 ベーコンエッグ いんげんのソテー | 米飯 海鮮塩ラーメン じろなお浸し デザート(パイント缶) | 米飯 カレイのレモンペッパー焼き 塩たれキャベツ さつまいもの煮物 コシヒキスープ | 焼き餃子 |
| 3/6 (月) | 米飯 かぼちゃサラダ れんこんの炒め煮 | 米飯 タマのトマトソースかけ ◆パブリカのパルサミコ酢マリネ きのこボタージュ | 米飯 牛肉のオイスターソース炒め 小松菜の柚子和え 茄子の煮物 味噌汁(豆腐・ねぎ) | 厚焼き卵 |
| 3/7 (火) | 米飯 肉団子のコンソメ煮 カリフラワーのソテー | 米飯 コロッケ ほうれん草の磯辺和え 味噌汁(椎茸・ねぎ) | 米飯 豚肉と大根の胡麻味噌炒め もやしのナムル ねぎ焼き 清汁(トロロ昆布・ねぎ) | 卯の花 |
| 3/8 (水) | 米飯 オムレツ ピーナッツサラダ | 米飯 八宝菜(豚) 蒸ししゅうまい 中華スープ | 米飯 赤魚の燻製焼き せりと和え 長芋の醤油炒め 味噌汁(なめこ・ねぎ) | いんげんの中華和え |
| 3/9 (木) | 米飯 温野菜サラダ スナップえんどうのソテー | 米飯 ホキの味噌漬け焼き オクラの昆布和え 清汁(わかめ・ねぎ) | 米飯 豆腐の卵きのこあんかけ 小松菜の和え物 はくさいの炒め物 味噌汁(さつまいも・ねぎ) | 茄子の揚げ浸し |
| 3/10 (金) | 米飯 シャーマンホテト オニオングラウト | 米飯 鶏肉のトウチシャン炒め 鶏やしの香味和え 味噌汁(えのき・ねぎ) | 豆ご飯 ぶり大根 ピーマンのソテー 味噌汁(里芋・ねぎ) | ミニお好み焼き |
| 3/11 (土) | 米飯 鶏とじ プロッコリーのクリーム煮 | 米飯 しまほっつけの塩麹焼き チジキンの炒め物 味噌汁(油揚げ・ねぎ) | 米飯 ミニチカツ オクラのかき醤油和え ひじきの煮物 味噌汁(しめじ・ねぎ) | 金平ごぼう |
| 3/12 (日) | 米飯 茄子のミートソース煮 カリフラワーのサラダ | 米飯 さわらの南部焼き さくらのねがり和え 味噌汁(しろな) | 米飯 豚肉の炒め物 春菊のお浸し かぼちゃの煮物 清汁(そうめん・ねぎ) | 野菜コロッケ |
| 3/13 (月) | 米飯 菜の花のソテー キャベツの粒マドー和え | キーマカレー プロッコリーのサラダ デザート(みかん缶) | 米飯 白身魚の揚げ浸し いんげんのピーナツ和え 厚揚げと大根の煮物 味噌汁(椎茸・ねぎ) | のり塩ポテト |
| 3/14 (火) | 米飯 ハムエッグ ピーマンのソテー | 米飯 豚肉と野菜の炊き合わせ 長芋のじは漬け和え 味噌汁(えのき・ねぎ) | 米飯 鶏肉の照り焼き きゅうりとわかめの酢の物 切干大根の煮物 味噌汁(里芋・ねぎ) | れんこんの炒め物 |
| 3/15 (水) | 米飯 肉団子のコンソメ煮 大根のドレッシング和え | 米飯 ◆鮭じゃが 小松菜のお浸し 味噌汁(あおざ) | 米飯 牛肉の山椒炒め じろの香味和え 茄子の揚げ浸し 味噌汁(わかめ・ねぎ) | かぶらのそぼろ煮 |

月間献立予定表（食材）

デリケア備蓄木工場

| 日付 | 朝食 | 昼食 | 夕食 | 小鉢 |
|-------------|-------------------------------|--|--|-------------|
| 3/16 (木) | 米飯 スクランブルエッグ ほうれん草の炒め物 | 米飯 薄者フライ ブロッタシ コンソメスープ | 中華風炊き込みご飯 水きょうとう もよじの中華和え ザーサイ | カリフラワーの甘酢和え |
| 3/17 (金) | 米飯 プロッコリーのソテー ピーチスサラダ | 米飯 親子とじ(鶏) いんげんの胡麻和え 味噌汁(油揚げ・ねぎ) | 米飯 メバルの煮つけ 春菊の磯辺和え さつまいもの煮物 清汁(しめじ・ねぎ) | 竹の子の土佐煮 |
| 3/18 (土) | 米飯 ごぼうサラダ じやこビーマン | 米飯 豚平焼き 菜の花のお浸し 味噌汁(なめこ・ねぎ) | 米飯 ホキの西京焼き かぶのかに棒あんかけ せりえんどうのおかか和え 清汁(トロロ昆布・ねぎ) | 茄子の煮物 |
| 3/19 (日) | 米飯 シャーマンボテト ほうれん草のソテー | 米飯 麻婆豆腐(C-8オイル入) もよしのナムル 生姜スープ | 米飯 あじのなめろうフライ プロッコリーのごま和え 大豆桜えび 味噌汁(わかめ・ねぎ) | 蒸ししゅうまい |
| 3/20 (月) | 米飯 卵とじ カリフラワーのドレッシング和え | 米飯 赤魚の照り焼き 塙だれぎゅうり 味噌汁(はくさい) | 米飯 芋子煮(牛) しじなのからし和え ビーマンの甘辛炒め 味噌汁(あおざ) | ひじきの煮物 |
| 3/21 (火) | 米飯 いんげんの炒め物 玉ねぎのポン酢和え | 米飯 鶏肉の唐揚げ 春菊のピーナツ和え 味噌汁(豆腐・ねぎ) | ◆洋風さつまいもご飯 ホーフチャップ 春雨サラダ コンソメスープ | 大根の煮物 |
| 3/22 (水) | 米飯 ハムエッグ スナップえんどうのソテー | 米飯 きつねうどん オクラの昆布和え デザート(みかん缶) | 米飯 しまほつけの塩焼き 小松菜のお浸し 卯の花 味噌汁(えのき・ねぎ) | れんこん金平 |
| 3/23 (木) | 米飯 茄子のミートソース煮 じやこビーマン | 米飯 おでん もずく和え 味噌汁(椎茸・ねぎ) | 米飯 白身魚の南蛮漬け カリフラワーのソテー ほうれん草の香味和え 味噌汁(里芋・ねぎ) | はくさいの炒め物 |
| 3/24 (金) | 米飯 スクランブルエッグ オニオンサラダ | 米飯 ぶりの照り焼き スナップえんどうの梅肉和え 清汁(トロロ昆布・ねぎ) | 米飯 豚肉の生姜炒め こぼうのすんだ和え 切干天根の煮物 味噌汁(さつまいも・ねぎ) | 高野豆腐の煮物 |
| 3/25 (土) | 米飯 肉団子のコンソメ煮 チキン葉のソテー | 米飯 晝ば鍋(牛) 長芋のしば漬け和え 味噌汁(なめこ・ねぎ) | 米飯 鶏肉のオレンジマーマレード焼き ホテトサラダ プロッコリーの炒め物 ◆ホット入りミネストローネ | 卵とじ |
| 3/26 (日) | 米飯 ハムエッグ ごぼうの炒め煮 | ホーフカレーライス チーズサラダ デザート(黄桃缶) | 米飯 タブと野菜のおろしソース ほうれん草のきなこ味噌和え 茄子の揚げ浸し 清汁(そつめん・ねぎ) | きのこソテー |
| 3/27 (月) | 米飯 マカロニサラダ スナップえんどうのソテー | 米飯 どんかつ 小松菜とたくあんの炒め物 味噌汁(玉ねぎ・人参) | 米飯 さばの塩焼き オクラのかき醤油和え かぼちゃの煮物 味噌汁(油揚げ・ねぎ) | パブリカのピクルス |
| 3/28 (火) | 米飯 卵とじ きゅうりのサラダ | 米飯 いかと厚揚げのチリソースかけ ねぎ焼き 中華スープ | 米飯 さわらの胡麻照り焼き 春菊のおかか和え 大豆の煮物 味噌汁(大根・ねぎ) | キャベツのザーサイ和え |
| 3/29 (水) | 米飯 ビーマンのソテー れんこんサラダ | 米飯 鮭のムニエル プロッコリーのハイマスター 和え コンソメスープ | あさりご飯 筑前煮(鶏) いんげんのピーナツ和え 味噌汁(あおざ) | 和風スパゲティ |
| 3/30 (木) | 米飯 ベーコンエッグ オニオンサラダ | 米飯 豚肉の甘辛炒め きゅうりの漬け 味噌汁(わかめ・ねぎ) | 米飯 火力の煮つけ 春雨のたらこ和え 菜の花のソテー 味噌汁(しめじ・ねぎ) | 卯の花 |
| 3/31 (金) | 米飯 ビーンズサラダ 小松菜のソテー | 米飯 ◆つけけんちんそば(豚) しじなのからし和え デザート(ハイソウ缶) | 米飯 鶏肉の酒粕焼き もずく和え 野菜コロッケ 清汁(豆腐・ねぎ) | ◆そぼろ納豆 |

〈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 : 2023年3月1日 (水) ~ 2023年3月7日 (火)

| | 水 1 | 木 2 | 金 3 | 土 4 | 日 5 | 月 6 | 火 7 |
|-----|------------------------------|------------------------------|------------------------------|------------------------------|------------------------------|------------------------------|------------------------------|
| 朝食 | 米飯 |
| | マカロニサラダ | スクランブルエッグ | 茄子のミートソース煮 | ほうれん草のソテー | ベーコンエッグ | かぼちゃサラダ | 肉団子のコンソメ煮 |
| | ほうれん草のソテー | 玉ねぎのポン酢和え | ごぼうサラダ | オニオンサラダ | いんげんのソテー | れんこんの炒め煮 | カリフラワーのソテー |
| | エネルギー - 392 kcal 蛋白質 7.8 g | エネルギー - 368 kcal 蛋白質 12.3 g | エネルギー - 344 kcal 蛋白質 8.1 g | エネルギー - 364 kcal 蛋白質 8.4 g | エネルギー - 422 kcal 蛋白質 13.5 g | エネルギー - 436 kcal 蛋白質 6.1 g | エネルギー - 386 kcal 蛋白質 11.6 g |
| | 食塩 0.8 g | 食塩 1.1 g | 食塩 0.9 g | 食塩 0.8 g | 食塩 0.9 g | 食塩 0.7 g | 食塩 1.2 g |
| | | | | | | | |
| 昼食 | 米飯 | ピビンバ丼(牛) | 米飯 | 米飯 | 米飯 | 米飯 | 米飯 |
| | ポトフ | ヌッップえんどうのチーズ和え | 白身魚の竜田揚げ | 豚バラ大根 | 海鮮塩ラーメン | タラのトマトソースかけ | コロッケ |
| | キャベツの炒め物 | わかめスープ | ひじきの煮物 | はくさいの梅肉和え | しろなお浸し | ◆パプリカのバルサミコ酢マリネ | ほうれん草の磯辺和え |
| | デザート(白桃缶) | | 味噌汁(長芋・ねぎ) | 味噌汁(油揚げ・ねぎ) | デザート(パイン缶) | きのこポタージュ | 味噌汁(椎茸・ねぎ) |
| | エネルギー - 485 kcal 蛋白質 13.2 g | エネルギー - 505 kcal 蛋白質 18.3 g | エネルギー - 474 kcal 蛋白質 19.0 g | エネルギー - 609 kcal 蛋白質 19.5 g | エネルギー - 538 kcal 蛋白質 16.8 g | エネルギー - 477 kcal 蛋白質 18.7 g | エネルギー - 524 kcal 蛋白質 12.5 g |
| | 食塩 2.6 g | 食塩 3.4 g | 食塩 2.5 g | 食塩 3.0 g | 食塩 6.8 g | 食塩 3.4 g | 食塩 3.3 g |
| 夕食 | 米飯 | 米飯 | 散らし寿司 | 米飯 | 米飯 | 米飯 | 米飯 |
| | あじの焼き南蛮漬け | メバルの照り焼き | 菜の花のからし和え | ハンバーグ(C-8オイル入りソース) | カレイのレモンペッパー焼き | 牛肉のオイスター炒め | 豚肉と大根の胡麻味噌炒め |
| | ニラのヌタ和え | しろなおかか和え | 炊き合わせ | きゅうりの浅漬け | 塩だれキャベツ | 小松菜の柚子和え | もやしのナムル |
| | かぶの煮物 | 大豆の煮物 | 粕汁 | たらこスパゲティ | さつまいもの煮物 | 茄子の煮物 | ねぎ焼き |
| | 清し汁(豆腐・ねぎ) | 味噌汁(椎茸・ねぎ) | | 味噌汁(あおさ) | コンソメスープ | 味噌汁(豆腐・ねぎ) | 清し汁(トロロ昆布・ねぎ) |
| | エネルギー - 534 kcal 蛋白質 23.2 g | エネルギー - 513 kcal 蛋白質 26.4 g | エネルギー - 567 kcal 蛋白質 23.1 g | エネルギー - 674 kcal 蛋白質 20.7 g | エネルギー - 480 kcal 蛋白質 22.7 g | エネルギー - 607 kcal 蛋白質 23.7 g | エネルギー - 549 kcal 蛋白質 26.1 g |
| 単品小 | 食塩 3.6 g | 食塩 3.2 g | 食塩 4.7 g | 食塩 4.1 g | 食塩 3.5 g | 食塩 4.4 g | 食塩 4.2 g |
| | 春雨サラダ | 焼きじゃが | オクラの和え物 | ピーマンのかき醤油炒め | 焼き餃子 | 厚焼き卵 | 卵の花 |
| | エネルギー - 70 kcal 蛋白質 0.6 g | エネルギー - 60 kcal 蛋白質 1.1 g | エネルギー - 42 kcal 蛋白質 2.3 g | エネルギー - 57 kcal 蛋白質 1.6 g | エネルギー - 57 kcal 蛋白質 2.3 g | エネルギー - 69 kcal 蛋白質 4.6 g | エネルギー - 68 kcal 蛋白質 2.0 g |
| | 食塩 0.2 g | 食塩 0.7 g | 食塩 1.0 g | 食塩 0.7 g | 食塩 0.3 g | 食塩 0.7 g | 食塩 0.7 g |
| | エネルギー - 1481 kcal 蛋白質 44.8 g | エネルギー - 1446 kcal 蛋白質 58.1 g | エネルギー - 1427 kcal 蛋白質 52.5 g | エネルギー - 1704 kcal 蛋白質 50.2 g | エネルギー - 1497 kcal 蛋白質 55.3 g | エネルギー - 1589 kcal 蛋白質 53.1 g | エネルギー - 1527 kcal 蛋白質 52.2 g |
| | 食塩 7.2 g | 食塩 8.4 g | 食塩 9.1 g | 食塩 8.6 g | 食塩 11.5 g | 食塩 9.2 g | 食塩 9.4 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 : 2023年3月8日 (水) ~ 2023年3月14日 (火)

| | 水 8 | 木 9 | 金 10 | 土 11 | 日 12 | 月 13 | 火 14 |
|-----|------------------------------|------------------------------|------------------------------|------------------------------|------------------------------|------------------------------|------------------------------|
| 朝食 | 米飯 |
| | オムレツ | 温野菜サラダ | ジャーマンポテト | 卵とじ | 茄子のミートソース煮 | 菜の花のソテー | ハムエッグ |
| | ビーンズサラダ | スナップえんどうのソテー | オニオンサラダ | ブロッコリーのクリーム煮 | カリフラワーのサラダ | キャベツの粒マスタード和え | ピーマンのソテー |
| | エネルギー - 402 kcal 蛋白質 12.9 g | エネルギー - 348 kcal 蛋白質 7.6 g | エネルギー - 390 kcal 蛋白質 8.5 g | エネルギー - 411 kcal 蛋白質 15.3 g | エネルギー - 327 kcal 蛋白質 8.3 g | エネルギー - 417 kcal 蛋白質 10.0 g | エネルギー - 418 kcal 蛋白質 13.7 g |
| | 食塩 1.3 g | 食塩 0.6 g | 食塩 1.4 g | 食塩 1.4 g | 食塩 0.6 g | 食塩 0.9 g | 食塩 0.8 g |
| | エネルギー - 457 kcal 蛋白質 18.7 g | エネルギー - 402 kcal 蛋白質 18.7 g | エネルギー - 571 kcal 蛋白質 21.9 g | エネルギー - 391 kcal 蛋白質 18.8 g | エネルギー - 469 kcal 蛋白質 22.6 g | エネルギー - 611 kcal 蛋白質 20.4 g | エネルギー - 428 kcal 蛋白質 18.6 g |
| 昼食 | 米飯 | 米飯 | 米飯 | 米飯 | 米飯 | キーマカレー | 米飯 |
| | 八宝菜(豚) | ホキの味噌漬け焼き | 鶏肉のトウチジャン炒め | しまほっけの塩麹焼き | さわらの南部焼き | ブロッコリーのサラダ | 豚肉と野菜の炊き合わせ |
| | 蒸ししゅうまい | オクラの昆布和え | もやしの香味和え | チンゲン菜の炒め物 | きゅうりのゆかり和え | デザート(みかん缶) | 長芋のしば漬け和え |
| | 中華スープ | 清し汁(わかめ・ねぎ) | 味噌汁(えのき・ねぎ) | 味噌汁(油揚げ・ねぎ) | 味噌汁(しろな) | | 味噌汁(えのき・ねぎ) |
| | エネルギー - 476 kcal 蛋白質 21.4 g | エネルギー - 574 kcal 蛋白質 23.8 g | エネルギー - 553 kcal 蛋白質 20.5 g | エネルギー - 626 kcal 蛋白質 16.0 g | エネルギー - 596 kcal 蛋白質 26.1 g | エネルギー - 531 kcal 蛋白質 23.4 g | エネルギー - 617 kcal 蛋白質 25.4 g |
| | 食塩 3.3 g | 食塩 4.6 g | 食塩 4.2 g | 食塩 3.8 g | 食塩 3.2 g | 食塩 2.5 g | 食塩 3.1 g |
| 夕食 | 米飯 | 米飯 | 豆ご飯 | 米飯 | 米飯 | 米飯 | 米飯 |
| | 赤魚の幽庵焼き | 豆腐の卵きのこあんかけ | ぶり大根 | ミニチカツ | 豚肉の炒め物 | 白身魚の揚げ浸し | 鶏肉の照り焼き |
| | もずく和え | 小松菜の和え物 | ピーマンのソテー | オクラのかき醤油和え | 春菊のお浸し | いんげんのピーナツ和え | きゅうりとわかめの酢の物 |
| | 長芋の醤油炒め | はくさいの炒め物 | 味噌汁(里芋・ねぎ) | ひじきの煮物 | かぼちゃの煮物 | 厚揚げと大根の煮物 | 切干大根の煮物 |
| | 味噌汁(なめこ・ねぎ) | 味噌汁(さつまいも・ねぎ) | | 味噌汁(しめじ・ねぎ) | 清し汁(そうめん・ねぎ) | 味噌汁(椎茸・ねぎ) | 味噌汁(里芋・ねぎ) |
| | エネルギー - 476 kcal 蛋白質 21.4 g | エネルギー - 574 kcal 蛋白質 23.8 g | エネルギー - 553 kcal 蛋白質 20.5 g | エネルギー - 626 kcal 蛋白質 16.0 g | エネルギー - 596 kcal 蛋白質 26.1 g | エネルギー - 531 kcal 蛋白質 23.4 g | エネルギー - 617 kcal 蛋白質 25.4 g |
| 単品小 | 食塩 3.3 g | 食塩 4.6 g | 食塩 4.2 g | 食塩 3.8 g | 食塩 3.2 g | 食塩 2.5 g | 食塩 3.1 g |
| | いいんげんの中華和え | 茄子の揚げ浸し | ミニお好み焼き | 金平ごぼう | 野菜コロッケ | のり塩ポテト | れんこんの炒め物 |
| | エネルギー - 45 kcal 蛋白質 2.0 g | エネルギー - 72 kcal 蛋白質 1.0 g | エネルギー - 35 kcal 蛋白質 1.3 g | エネルギー - 72 kcal 蛋白質 0.9 g | エネルギー - 70 kcal 蛋白質 1.1 g | エネルギー - 38 kcal 蛋白質 0.8 g | エネルギー - 109 kcal 蛋白質 2.0 g |
| | 食塩 0.7 g | 食塩 0.4 g | 食塩 0.5 g | 食塩 0.4 g | 食塩 0.2 g | 食塩 0.2 g | 食塩 0.6 g |
| | エネルギー - 1380 kcal 蛋白質 55.0 g | エネルギー - 1396 kcal 蛋白質 51.1 g | エネルギー - 1549 kcal 蛋白質 52.2 g | エネルギー - 1500 kcal 蛋白質 51.0 g | エネルギー - 1462 kcal 蛋白質 58.1 g | エネルギー - 1597 kcal 蛋白質 54.6 g | エネルギー - 1572 kcal 蛋白質 59.7 g |
| | 食塩 8.8 g | 食塩 8.5 g | 食塩 9.7 g | 食塩 7.6 g | 食塩 6.2 g | 食塩 6.4 g | 食塩 6.7 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 : 2023年3月15日(水) ~ 2023年3月21日(火)

| | 水 15 | 木 16 | 金 17 | 土 18 | 日 19 | 月 20 | 火 21 |
|-----|------------------------------|------------------------------|------------------------------|------------------------------|------------------------------|------------------------------|------------------------------|
| 朝食 | 米飯 |
| | 肉団子のコンソメ煮 | スクランブルエッグ | ブロッコリーのソテー | ごぼうサラダ | ジャーマンポテト | 卵とじ | いんげんの炒め物 |
| | 大根のドレッシング和え | ほうれん草の炒め物 | ビーンズサラダ | じゃこピーマン | ほうれん草のソテー | カリフラワーのドレッシング和え | 玉ねぎのポン酢和え |
| | エネルギー - 387 kcal 蛋白質 10.5 g | エネルギー - 398 kcal 蛋白質 14.1 g | エネルギー - 381 kcal 蛋白質 9.5 g | エネルギー - 358 kcal 蛋白質 9.8 g | エネルギー - 350 kcal 蛋白質 7.9 g | エネルギー - 408 kcal 蛋白質 14.9 g | エネルギー - 312 kcal 蛋白質 6.7 g |
| | 食塩 1.1 g | 食塩 0.9 g | 食塩 0.8 g | 食塩 1.2 g | 食塩 1.3 g | 食塩 1.1 g | 食塩 1.2 g |
| 昼食 | 米飯 |
| | ◆鮭じやが | 海老フライ | 親子とじ(鶏) | 豚平焼き | 麻婆豆腐(C-8オイル入) | 赤魚の照り焼き | 鶏肉の唐揚げ |
| | 小松菜のお浸し | ナポリタン | いんげんの胡麻和え | 菜の花のお浸し | もやしのナムル | 塩だれきゅうり | 春菊のピーナツ和え |
| | 味噌汁(あおさ) | コンソメスープ | 味噌汁(油揚げ・ねぎ) | 味噌汁(なめこ・ねぎ) | 生姜スープ | 味噌汁(はくさい) | 味噌汁(豆腐・ねぎ) |
| | エネルギー - 476 kcal 蛋白質 20.5 g | エネルギー - 611 kcal 蛋白質 14.5 g | エネルギー - 578 kcal 蛋白質 25.2 g | エネルギー - 750 kcal 蛋白質 20.3 g | エネルギー - 505 kcal 蛋白質 18.5 g | エネルギー - 444 kcal 蛋白質 21.0 g | エネルギー - 606 kcal 蛋白質 25.7 g |
| 夕食 | 食塩 2.7 g | 食塩 2.7 g | 食塩 3.7 g | 食塩 3.0 g | 食塩 3.7 g | 食塩 2.6 g | 食塩 1.8 g |
| | 米飯 | 中華風炊き込みご飯 | 米飯 | 米飯 | 米飯 | 米飯 | ◆洋風さつまいもご飯 |
| | 牛肉の山椒炒め | 水ぎょうざ | メバルの煮つけ | ホキの西京焼き | あじのなめろうフライ | 芋子煮(牛) | ポークチャップ |
| | しろなの香味和え | もやしの中華和え | 春菊の磯辺和え | かぶのかに棒あんかけ | ブロッコリーのごま和え | しろなのからし和え | 春雨サラダ |
| | 茄子の揚げ浸し | ザーサイ | さつまいもの煮物 | ヌッフ エンどうのおかか和え | 大豆桜えび | ピーマンの甘辛炒め | コンソメスープ |
| 単品小 | 味噌汁(わかめ・ねぎ) | | 清し汁(しめじ・ねぎ) | 清し汁(トロロ昆布・ねぎ) | 味噌汁(わかめ・ねぎ) | 味噌汁(あおさ) | |
| | エネルギー - 609 kcal 蛋白質 21.8 g | エネルギー - 534 kcal 蛋白質 21.2 g | エネルギー - 502 kcal 蛋白質 22.1 g | エネルギー - 451 kcal 蛋白質 20.7 g | エネルギー - 515 kcal 蛋白質 20.7 g | エネルギー - 579 kcal 蛋白質 19.7 g | エネルギー - 642 kcal 蛋白質 23.2 g |
| | 食塩 3.5 g | 食塩 7.5 g | 食塩 3.7 g | 食塩 3.9 g | 食塩 3.0 g | 食塩 3.9 g | 食塩 3.5 g |
| | かぶらのそぼろ煮 | カリフラワーの甘酢和え | 竹の子の土佐煮 | 茄子の煮物 | 蒸ししゅうまい | ひじきの煮物 | 大根の煮物 |
| | エネルギー - 53 kcal 蛋白質 2.8 g | エネルギー - 42 kcal 蛋白質 1.7 g | エネルギー - 18 kcal 蛋白質 1.9 g | エネルギー - 25 kcal 蛋白質 1.0 g | エネルギー - 82 kcal 蛋白質 1.6 g | エネルギー - 59 kcal 蛋白質 2.3 g | エネルギー - 27 kcal 蛋白質 0.8 g |
| | 食塩 0.6 g | 食塩 0.6 g | 食塩 0.3 g | 食塩 0.4 g | 食塩 0.4 g | 食塩 0.8 g | 食塩 0.3 g |
| | エネルギー - 1525 kcal 蛋白質 55.6 g | エネルギー - 1585 kcal 蛋白質 51.5 g | エネルギー - 1479 kcal 蛋白質 58.7 g | エネルギー - 1584 kcal 蛋白質 51.8 g | エネルギー - 1452 kcal 蛋白質 48.7 g | エネルギー - 1490 kcal 蛋白質 57.9 g | エネルギー - 1587 kcal 蛋白質 56.4 g |
| | 食塩 7.9 g | 食塩 11.7 g | 食塩 8.5 g | 食塩 8.5 g | 食塩 8.4 g | 食塩 8.4 g | 食塩 6.8 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 : 2023年3月22日(水) ~ 2023年3月28日(火)

| | 水 22 | 木 23 | 金 24 | 土 25 | 日 26 | 月 27 | 火 28 |
|-----|------------------------------|------------------------------|------------------------------|------------------------------|------------------------------|------------------------------|------------------------------|
| 朝食 | 米飯 |
| | ハムエッグ | 茄子のミートソース煮 | スクランブルエッグ | 肉団子のコンソメ煮 | ハムエッグ | マカロニサラダ | 卵とじ |
| | スナップえんどうのソテー | じゃこピーマン | オニオンサラダ | チンゲン菜のソテー | ごぼうの炒め煮 | スナップえんどうのソテー | きゅうりのサラダ |
| | エネルギー - 422 kcal 蛋白質 14.5 g | エネルギー - 330 kcal 蛋白質 9.2 g | エネルギー - 430 kcal 蛋白質 14.5 g | エネルギー - 360 kcal 蛋白質 9.6 g | エネルギー - 436 kcal 蛋白質 14.3 g | エネルギー - 427 kcal 蛋白質 9.3 g | エネルギー - 407 kcal 蛋白質 13.7 g |
| | 食塩 0.8 g | 食塩 1.3 g | 食塩 0.9 g | 食塩 1.3 g | 食塩 0.8 g | 食塩 1.0 g | 食塩 0.9 g |
| | | | | | | | |
| 昼食 | 米飯 | 米飯 | 米飯 | 米飯 | ポークカレーライス | 米飯 | 米飯 |
| | きつねうどん | おでん | ぶりの照り焼き | 寄せ鍋(牛) | チーズサラダ | とんかつ | いかと厚揚げのチリソースかけ |
| | オクラの昆布和え | もずく和え | スナップえんどうの梅肉和え | 長芋のしば漬け和え | デザート(黄桃缶) | 小松菜とたくあんの炒め物 | ねぎ焼き |
| | デザート(みかん缶) | 味噌汁(椎茸・ねぎ) | 清し汁(トロロ昆布・ねぎ) | 味噌汁(なめこ・ねぎ) | | 味噌汁(玉ねぎ・人参) | 中華スープ |
| | エネルギー - 488 kcal 蛋白質 12.2 g | エネルギー - 437 kcal 蛋白質 16.1 g | エネルギー - 558 kcal 蛋白質 27.0 g | エネルギー - 474 kcal 蛋白質 19.3 g | エネルギー - 664 kcal 蛋白質 20.0 g | エネルギー - 552 kcal 蛋白質 14.8 g | エネルギー - 533 kcal 蛋白質 24.7 g |
| | 食塩 2.9 g | 食塩 3.3 g | 食塩 2.8 g | 食塩 3.3 g | 食塩 4.0 g | 食塩 2.5 g | 食塩 3.2 g |
| 夕食 | 米飯 |
| | しまほっけの塩焼き | 白身魚の南蛮漬け | 豚肉の生姜炒め | 鶏肉のオレンジマーマレード焼き | タラと野菜のおろしソース | さばの塩焼き | さわらの胡麻照り焼き |
| | 小松菜のお浸し | カリフラワーのソテー | ごぼうのすんだ和え | ポテトサラダ | ほうれん草のきなこ味噌和え | オクラのかき醤油和え | 春菊のおかか和え |
| | 卯の花 | ほうれん草の香味和え | 切干大根の煮物 | ブロッコリーの炒め物 | 茄子の揚げ浸し | かぼちゃの煮物 | 大豆の煮物 |
| | 味噌汁(えのき・ねぎ) | 味噌汁(里芋・ねぎ) | 味噌汁(さつまいも・ねぎ) | ◆オートミール入りミネストローネ | 清し汁(そうめん・ねぎ) | 味噌汁(油揚げ・ねぎ) | 味噌汁(大根・ねぎ) |
| | エネルギー - 454 kcal 蛋白質 20.7 g | エネルギー - 564 kcal 蛋白質 23.5 g | エネルギー - 611 kcal 蛋白質 24.5 g | エネルギー - 787 kcal 蛋白質 29.5 g | エネルギー - 474 kcal 蛋白質 21.7 g | エネルギー - 510 kcal 蛋白質 24.0 g | エネルギー - 554 kcal 蛋白質 28.6 g |
| 単品小 | 食塩 3.0 g | 食塩 3.6 g | 食塩 2.6 g | 食塩 4.4 g | 食塩 3.3 g | 食塩 3.2 g | 食塩 3.2 g |
| | れんこん金平 | はくさいの炒め物 | 高野豆腐の煮物 | 卵とじ | きのこソテー | パプリカのピクルス | キャベツのザーサイ和え |
| | エネルギー - 109 kcal 蛋白質 2.0 g | エネルギー - 47 kcal 蛋白質 2.5 g | エネルギー - 49 kcal 蛋白質 3.0 g | エネルギー - 112 kcal 蛋白質 8.0 g | エネルギー - 87 kcal 蛋白質 2.3 g | エネルギー - 38 kcal 蛋白質 0.6 g | エネルギー - 12 kcal 蛋白質 0.9 g |
| | 食塩 0.6 g | 食塩 0.4 g | 食塩 0.7 g | 食塩 0.7 g | 食塩 0.6 g | 食塩 0.6 g | 食塩 1.4 g |
| | エネルギー - 1473 kcal 蛋白質 49.4 g | エネルギー - 1378 kcal 蛋白質 51.3 g | エネルギー - 1648 kcal 蛋白質 69.0 g | エネルギー - 1733 kcal 蛋白質 66.4 g | エネルギー - 1661 kcal 蛋白質 58.3 g | エネルギー - 1527 kcal 蛋白質 48.7 g | エネルギー - 1506 kcal 蛋白質 67.9 g |
| | 食塩 7.3 g | 食塩 8.6 g | 食塩 7.0 g | 食塩 9.7 g | 食塩 8.7 g | 食塩 7.3 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 : 2023年3月29日(水) ~ 2023年4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 | | | | |
| | ピーマンのソテー | ベーコンエッグ | ビーンズサラダ | | | | |
| | れんこんサラダ | オニオンサラダ | 小松菜のソテー | | | | |
| | エネルギー - 347 kcal 蛋白質 6.0 g | エネルギー - 438 kcal 蛋白質 13.4 g | エネルギー - 373 kcal 蛋白質 8.5 g | | | | |
| | 食塩 0.6 g | 食塩 0.8 g | 食塩 0.8 g | | | | |
| 昼食 | 米飯 | 米飯 | 米飯 | | | | |
| | 鮭のムニエル | 豚肉の甘辛炒め | ◆つけけんちんそば(豚) | | | | |
| | ブロッコリーのハニーマスタード 和え | きゅうりの浅漬け | しろなのからし和え | | | | |
| | コンソメスープ | 味噌汁(わかめ・ねぎ) | デザート(パイン缶) | | | | |
| | エネルギー - 477 kcal 蛋白質 21.4 g | エネルギー - 542 kcal 蛋白質 21.9 g | エネルギー - 564 kcal 蛋白質 20.3 g | | | | |
| 夕食 | 食塩 2.5 g | 食塩 3.2 g | 食塩 3.5 g | | | | |
| | あさりご飯 | 米飯 | 米飯 | | | | |
| | 筑前煮(鶏) | フカの煮つけ | 鶏肉の酒粕焼き | | | | |
| | いんげんのピーナツ和え | 春雨のたらこ和え | もずく和え | | | | |
| | 味噌汁(あおさ) | 菜の花のソテー | 野菜コロッケ | | | | |
| 単品小 | 味噌汁(しめじ・ねぎ) | 味噌汁(しめじ・ねぎ) | 清し汁(豆腐・ねぎ) | | | | |
| | エネルギー - 519 kcal 蛋白質 23.0 g | エネルギー - 516 kcal 蛋白質 11.3 g | エネルギー - 595 kcal 蛋白質 25.5 g | | | | |
| | 食塩 5.1 g | 食塩 4.3 g | 食塩 4.0 g | | | | |
| | 和風スパゲティ | 卯の花 | ◆そぼろ納豆 | | | | |
| | エネルギー - 80 kcal 蛋白質 2.4 g | エネルギー - 68 kcal 蛋白質 2.0 g | エネルギー - 64 kcal 蛋白質 3.8 g | | | | |
| | 食塩 0.4 g | 食塩 0.7 g | 食塩 0.5 g | | | | |
| | エネルギー - 1423 kcal 蛋白質 52.8 g | エネルギー - 1564 kcal 蛋白質 48.6 g | エネルギー - 1596 kcal 蛋白質 58.1 g | | | | |
| | 食塩 8.6 g | 食塩 9.0 g | 食塩 8.8 g | | | | |