

月間献立予定表（惣菜）

デリケア㈱茨木工場

日付	朝食	昼食	夕食	小鉢 デザート
4/1 (土)	米飯 スクランブルエッグ カリフラワーの炒め物	米飯 カレイの西京焼き オクラの昆布和え 清し汁(そうめん・ねぎ)	米飯 すき焼き(牛) きゅうりとかに棒の酢の物 さつまいもの煮物 味噌汁(えのき・ねぎ)	高野豆腐の煮物 腸活セリー(ワルティライク)
4/2 (日)	米飯 温野菜サラダ ほうれん草の炒め物	三色丼 大根のピクリス 清し汁(わかめ・ねぎ)	米飯 赤魚の照り焼き 菜の花のお浸し 竹の子の土佐煮 味噌汁(あおざ)	じゃがいものソテー 腸活セリー(オレツア)
4/3 (月)	米飯 チキンボールのコンソメ煮 じゃこピーマン	米飯 豚肉の照りマヨ生姜炒め 春菊のお浸し 味噌汁(なめこ・ねぎ)	米飯 白身魚の磯辺揚げ バッファロードウのおかか和え 長芋の醤油炒め 味噌汁(小松菜)	茄子の煮物 腸活セリー(抹茶)
4/4 (火)	米飯 マカロニサラダ キャベツの炒め物	米飯 たらのたらこクリーミースープ いんげんの胡麻和え コンソメスープ	米飯 牛肉とネギの生姜煮 チキン南蛮のチムル 蒸ししゅうまい 味噌汁(じゃがいも・ねぎ)	れんこんのそぼろ煮 腸活セリー(ワハ)
4/5 (水)	米飯 小松菜のソテー ごはんサラダ	米飯 鶏肉のハニーマスター豆焼 カリフラワーの甘酢和え 味噌汁(しめじ・ねぎ)	米飯 かに玉 きゅうりの昆布和え 切干大根の煮物 中華スープ	さつまいもの煮物 腸活セリー(マスカット)
4/6 (木)	米飯 新じゃがいもの炒め物 プロッコリーのドレッシング 和え	米飯 豆腐ハンバーグ ナポリタン コーンスープ	竹の子ご飯 豚肉と野菜の炊き合わせ 菜の花のお浸し 味噌汁(里芋・ねぎ)	ヌッフ エンドウのレモン和え 腸活セリー(紅茶)
4/7 (金)	米飯 卵とじ オニオンサラダ	米飯 牛肉のオイスター炒め 小松菜の煮浸し 味噌汁(あおざ)	米飯 ホキの味噌漬け焼き いんげんの梅肉和え 卵の花 清し汁(トロロ昆布・ねぎ)	きゅうりの浅漬け 腸活セリー(カルビス)
4/8 (土)	米飯 ワインナーのコンソメ煮 スナップえんどうのソテー	米飯 醤油ラーメン チシゲン菜のお浸し デザート(みかん缶)	米飯 鶏肉のカレー照り焼き はくさいの炒め物 ◆枝豆と桜えびのボテトサラダ 味噌汁(大根・ねぎ)	もやしかき醤油炒め 腸活セリー(巨峰)
4/9 (日)	米飯 新玉ねぎのポン酢和え ほうれん草の炒め物	米飯 カレイの酒粕焼き オクラの昆布和え 清し汁(そうめん・ねぎ)	米飯 コロッケ カリフラワーのチーズ和え ごぼうの炒め煮 味噌汁(椎茸・ねぎ)	長芋の甘辛炒め 腸活セリー(マンゴー)
4/10 (月)	米飯 卵とじ いんげんのソテー	米飯 牛肉の炒め物 プロッコリーの香味和え 味噌汁(しめじ・ねぎ)	ひじきの炊き込みご飯 メバルの照り焼き もずく和え 味噌汁(わかめ・ねぎ)	いとこ煮 腸活セリー(ピーチ)
4/11 (火)	米飯 きのこソテー 温野菜サラダ	米飯 豆腐チャンプルー 海老芋の生姜あんかけ 清し汁(えのき・ねぎ)	米飯 クリルチキンパルサミコソース きゅうりとツナのマヨ和え ほうれん草のガーリック炒め コンソメスープ	キャベツの胡麻和え 腸活セリー(ワルティライク)
4/12 (水)	米飯 ベニコンエッグ マカロニサラダ	ハヤシライス 海藻サラダ デザート(白桃缶)	米飯 赤魚の煮つけ 春菊のおかか和え ねぎ焼き 味噌汁(あおざ)	はくさいの煮浸し 腸活セリー(抹茶)
4/13 (木)	米飯 加子のミートソース煮 きゅうりのドレッシング和え	米飯 白身魚フライ 小松菜とたくあんの炒め物 味噌汁(玉ねぎ・人参)	米飯 他人とじ(豚) オクラの和え物 じゃがいもの煮物 味噌汁(しろな)	なめこのおろし和え 腸活セリー(オレツア)
4/14 (金)	米飯 ほうれん草のソテー ビーンズサラダ	米飯 おでん 竹の子の土佐煮 味噌汁(わかめ・ねぎ)	米飯 タラの野菜あんかけ もやしの香味和え ビーマンの炒め物 味噌汁(えのき・ねぎ)	いんげんの胡麻和え 腸活セリー(ワハ)
4/15 (土)	米飯 スクランブルエッグ キャベツのソテー	米飯 リーピッシュ-(鶏)(C-8オイル入) 茄子のマリネ デザート(パイント缶)	米飯 しまほっけの塩焼き きゅうりの浅漬け かぼちゃの煮物 味噌汁(豆腐・ねぎ)	しろなのピーナツ和え 腸活セリー(マスカット)

月間献立予定表（惣菜）

デリケア㈱茨木工場

日付	朝食	昼食	夕食	小鉢 デザート
4/16 (日)	米飯 ワインナーのコンソメ煮 スナップえんどうのソテー	米飯 さばの味噌煮 いんげんの炒め物 清じ汁(そうめん・ねぎ)	米飯 豚肉の炒め物 小松菜の磯辺和え 卵とじ 味噌汁(あおさ)	スタミナ納豆 腸活セリー(紅茶)
4/17 (月)	米飯 はくさいの炒め物 カリフラワーのマヨネーズ和え	米飯 海老と卵の炒め物和風あんかけ ほうれん草のナムル 中華スープ	米飯 ブタの煮つけ きゅうりの昆布和え 玉子ときのこの味噌炒め 清じ汁(わかめ・ねぎ)	焼き餃子 腸活セリー(カルビス)
4/18 (火)	米飯 小松菜のソテー オニオンサラダ	米飯 海鮮焼きそば 卯の花 味噌汁(なめこ・ねぎ)	米飯 あじのなめろうフライ チキンゲージ菜の香味和え ひじきの煮物 味噌汁(長芋・ねぎ)	大根の浅漬け 腸活セリー(巨峰)
4/19 (水)	米飯 のり塩ホテト いんげんのソテー	米飯 カリバタチキン オクラのお浸し 味噌汁(あおさ)	◆金時豆入りかきまぜ(ハラ寿司) ◆ほうれん草の柚子香和え さつまいもの煮物 清じ汁(トロロ昆布・ねぎ)	たらこスマッシュティ 腸活セリー(マンゴー)
4/20 (木)	米飯 卵とじ はくさいの炒め物	米飯 豚バラ大根 長芋の甘辛炒め 味噌汁(わかめ・ねぎ)	米飯 タラの西京焼き もずく和え カリフラワーのソテー 清じ汁(そうめん・ねぎ)	プロッコリーのおかか和え 腸活セリー(ピーチ)
4/21 (金)	米飯 かぼちゃサラダ ビーマンのソテー	米飯 いりの照り焼き いんげんのからし和え 味噌汁(豆腐・ねぎ)	米飯 肉団子の甘酢あん 春雨のドレッシング和え ねぎ焼き 中華スープ	れんこんの炒め煮 腸活セリー(リティライ)
4/22 (土)	米飯 ピーナツサラダ プロッコリーの炒め物	米飯 鶏肉の唐揚げ胡椒たれ もやしのオイスターソース炒め 味噌汁(大根・ねぎ)	米飯 木の葉とじ 春菊のピーナツ和え 里芋の煮っころがし 味噌汁(しめじ・ねぎ)	金平ごぼう 腸活セリー(オレツ)
4/23 (日)	米飯 スクランブルエッグ カリフラワーのソテー	米飯 さわらの幽庵焼き きゅうりのゆかり和え 味噌汁(玉ねぎ・人参)	グリルビーフと桜エビの混ぜご飯 寄せ鍋(豚) ネギのヌタ和え 清じ汁(竹の子・ねぎ)	きのこ金平 腸活セリー(抹茶)
4/24 (月)	米飯 マカロニサラダ ビーマンのソテー	米飯 鶏肉と野菜の炒め物 ほうれん草の磯辺和え 味噌汁(里芋・ねぎ)	米飯 あじの焼き南蛮漬け いんげんの中華和え 長芋の醤油炒め 味噌汁(なめこ・ねぎ)	大根のかに棒あんかけ 腸活セリー(ワバ)
4/25 (火)	米飯 チキンポールのコンソメ煮 スナップえんどうの炒め物	カレーライス(牛) チーズサラダ デザート(黄桃缶)	米飯 白身魚の竜田揚げ 小松菜のお浸し がんものの煮物 味噌汁(わかめ・ねぎ)	キャベツのソテー 腸活セリー(マスカット)
4/26 (水)	米飯 ハムエッグ プロッコリーの炒め物	米飯 ◆生姜あんかけうどん 大根のピクルス デザート(みかん缶)	米飯 ホタテのレモンペッパー焼き 茄子の甘辛炒め チキンゲン菜のお浸し コンソメスープ	蒸ししゅうまい 腸活セリー(紅茶)
4/27 (木)	米飯 ピーナツサラダ ごぼうの炒め煮	米飯 鮭のちゃんちゃん焼き ほうれん草の和え物 清じ汁(トロロ昆布・ねぎ)	米飯 牛肉の山椒炒め きゅうりとツナの梅マヨ和え ひじきの煮物 味噌汁(長芋・ねぎ)	高野豆腐の煮物 腸活セリー(オレツ)
4/28 (金)	米飯 ベーコンエッグ カリフラワーのドレッシング和え	米飯 肉じゃが(豚) せっとうのきなこ味噌和え 清じ汁(えのき・ねぎ)	米飯 さばの塩焼き もずく和え じゅんビーマン 味噌汁(玉ねぎ・人参)	炒り豆腐 腸活セリー(巨峰)
4/29 (土)	米飯 小松菜のソテー 玉ねぎのポン酢和え	米飯 いかと春キャベツのオイスター炒め いんげんの昆布和え 味噌汁(あおさ)	米飯 鶏肉の天ぷら もやしの胡麻和え きのこ金平 味噌汁(大根・ねぎ)	揚げない大学いち 腸活セリー(マンゴー)
4/30 (日)	米飯 かぼちゃサラダ ほうれん草のソテー	米飯 いり大根 プロッコリーのおかか和え 味噌汁(わかめ・ねぎ)	米飯 麻婆春雨(C-8オレ入) スナップえんどうの香味和え 肉まん 中華スープ	卵とじ 腸活セリー(ピーチ)

〈献立表〉

現場 : デリケア(株)茨木工場

献立種類 : 惣菜(通常/A)

年月日 : 2023年4月1日 (土) ~ 2023年4月7日 (金)

	土 1	日 2	月 3	火 4	水 5	木 6	金 7
朝食	米飯						
	スクランブルエッグ	温野菜サラダ	チキンボールのコンソメ煮	マカロニサラダ	小松菜のソテー	新じゃがいもの炒め物	卵とじ
	カリフラワーの炒め物	ほうれん草の炒め物	じゃこピーマン	キャベツの炒め物	ごぼうサラダ	プロッコリーのドレッシング和え	オニオンサラダ
	エネルギー - 412 kcal 蛋白質 15.3 g	エネルギー - 314 kcal 蛋白質 7.8 g	エネルギー - 342 kcal 蛋白質 11.2 g	エネルギー - 399 kcal 蛋白質 7.9 g	エネルギー - 371 kcal 蛋白質 6.9 g	エネルギー - 359 kcal 蛋白質 9.2 g	エネルギー - 429 kcal 蛋白質 14.9 g
昼食	食塩 1.0 g	食塩 0.8 g	食塩 1.5 g	食塩 0.9 g	食塩 0.7 g	食塩 0.7 g	食塩 1.1 g
	米飯	三色丼	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	カレイの西京焼き	大根のピクルス	豚肉の照りマヨ生姜炒め	タラのたらこクリーミース	鶏肉のハニーマスタード焼き	豆腐ハンバーグ	牛肉のオイスター炒め
	オクラの昆布和え	清し汁(わかめ・ねぎ)	春菊のお浸し	いんげんの胡麻和え	カリフラワーの甘酢和え	ナポリタン	小松菜の煮浸し
夕食	清し汁(そうめん・ねぎ)		味噌汁(なめこ・ねぎ)	コンソメスープ	味噌汁(しめじ・ねぎ)	コーンスープ	味噌汁(あおさ)
	エネルギー - 399 kcal 蛋白質 21.7 g	エネルギー - 597 kcal 蛋白質 22.9 g	エネルギー - 536 kcal 蛋白質 22.3 g	エネルギー - 430 kcal 蛋白質 20.3 g	エネルギー - 545 kcal 蛋白質 25.0 g	エネルギー - 527 kcal 蛋白質 15.0 g	エネルギー - 571 kcal 蛋白質 22.1 g
	食塩 2.9 g	食塩 3.1 g	食塩 2.2 g	食塩 3.7 g	食塩 2.6 g	食塩 3.6 g	食塩 4.0 g
	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	竹の子ご飯	米飯
単品小	すき焼き(牛)	赤魚の照り焼き	白身魚の磯辺揚げ	牛肉とネギの生姜煮	かに玉	豚肉と野菜の炊き合わせ	ホキの味噌漬け焼き
	きゅうりとかに棒の酢の物	菜の花のお浸し	ヌッフ えんどうのおかか和え	チンゲン菜のナムル	きゅうりの昆布和え	菜の花のお浸し	いんげんの梅肉和え
	さつまいもの煮物	竹の子の土佐煮	長芋の醤油炒め	蒸ししゅうまい	切干大根の煮物	味噌汁(里芋・ねぎ)	卵の花
	味噌汁(えのき・ねぎ)	味噌汁(あおさ)	味噌汁(小松菜)	味噌汁(じゃがいも・ねぎ)	中華スープ		清し汁(トロロ昆布・ねぎ)
単品大	エネルギー - 649 kcal 蛋白質 20.5 g	エネルギー - 446 kcal 蛋白質 23.6 g	エネルギー - 629 kcal 蛋白質 23.1 g	エネルギー - 656 kcal 蛋白質 23.4 g	エネルギー - 526 kcal 蛋白質 18.1 g	エネルギー - 470 kcal 蛋白質 22.8 g	エネルギー - 490 kcal 蛋白質 21.8 g
	食塩 4.2 g	食塩 2.7 g	食塩 2.4 g	食塩 3.5 g	食塩 3.8 g	食塩 5.2 g	食塩 4.2 g
	高野豆腐の煮物	じゃがいものソテー	茄子の煮物	れんこんのそぼろ煮	さつまいもの煮物	ヌッフ えんどうのレモン和え	きゅうりの浅漬け
	エネルギー - 49 kcal 蛋白質 3.0 g	エネルギー - 72 kcal 蛋白質 1.5 g	エネルギー - 46 kcal 蛋白質 1.0 g	エネルギー - 68 kcal 蛋白質 2.9 g	エネルギー - 81 kcal 蛋白質 1.0 g	エネルギー - 37 kcal 蛋白質 2.9 g	エネルギー - 14 kcal 蛋白質 0.6 g
単品デ	食塩 0.7 g	食塩 0.4 g	食塩 0.4 g	食塩 0.6 g	食塩 0.3 g	食塩 0.3 g	食塩 0.9 g
	腸活ゼリー(ソルティライチ)	腸活ゼリー(オレンジ)	腸活ゼリー(抹茶)	腸活ゼリー(グアバ)	腸活ゼリー(マスカット)	腸活ゼリー(紅茶)	腸活ゼリー(カルピス)
	エネルギー - 37 kcal 蛋白質 0.0 g	エネルギー - 49 kcal 蛋白質 0.0 g	エネルギー - 54 kcal 蛋白質 0.1 g	エネルギー - 50 kcal 蛋白質 0.0 g	エネルギー - 51 kcal 蛋白質 0.0 g	エネルギー - 48 kcal 蛋白質 0.0 g	エネルギー - 51 kcal 蛋白質 0.1 g
	食塩 0.3 g						
	エネルギー - 1546 kcal 蛋白質 60.5 g	エネルギー - 1478 kcal 蛋白質 55.8 g	エネルギー - 1607 kcal 蛋白質 57.7 g	エネルギー - 1603 kcal 蛋白質 54.5 g	エネルギー - 1574 kcal 蛋白質 51.0 g	エネルギー - 1441 kcal 蛋白質 49.9 g	エネルギー - 1555 kcal 蛋白質 59.5 g
	食塩 9.1 g	食塩 7.3 g	食塩 6.8 g	食塩 9.0 g	食塩 7.7 g	食塩 10.1 g	食塩 10.5 g

〈献立表〉

現場 : デリケア(株)茨木工場

献立種類 : 惣菜(通常/A)

年月日 : 2023年4月8日 (土) ~ 2023年4月14日 (金)

	土 8	日 9	月 10	火 11	水 12	木 13	金 14
朝食	米飯						
	ウインナーのコンソメ煮	新玉ねぎのポン酢和え	卵とじ	きのこソテー	ベーコンエッグ	茄子のミートソース煮	ほうれん草のソテー
	スナップえんどうのソテー	ほうれん草の炒め物	いんげんのソテー	温野菜サラダ	マカロニサラダ	きゅうりのドレッシング和え	ビーンズサラダ
	エネルギー 359 kcal 蛋白質 9.3 g	エネルギー 328 kcal 蛋白質 8.9 g	エネルギー 423 kcal 蛋白質 13.8 g	エネルギー 330 kcal 蛋白質 7.2 g	エネルギー 476 kcal 蛋白質 13.9 g	エネルギー 340 kcal 蛋白質 7.7 g	エネルギー 394 kcal 蛋白質 10.3 g
昼食	食塩 1.1 g	食塩 1.4 g	食塩 1.1 g	食塩 0.6 g	食塩 0.7 g	食塩 0.9 g	食塩 1.0 g
	米飯	米飯	米飯	米飯	ハヤシライス	米飯	米飯
	醤油ラーメン	カレイの酒粕焼き	牛肉の炒め物	豆腐チャンプルー	海藻サラダ	白身魚フライ	おでん
	チンゲン菜のお浸し	オクラの昆布和え	プロッコリーの香味和え	海老芋の生姜あんかけ	デザート(白桃缶)	小松菜とたくあんの炒め物	竹の子の土佐煮
夕食	エネルギー 531 kcal 蛋白質 17.0 g	エネルギー 377 kcal 蛋白質 21.4 g	エネルギー 557 kcal 蛋白質 23.0 g	エネルギー 615 kcal 蛋白質 27.8 g	エネルギー 619 kcal 蛋白質 16.5 g	エネルギー 591 kcal 蛋白質 13.7 g	エネルギー 435 kcal 蛋白質 17.3 g
	食塩 6.7 g	食塩 3.1 g	食塩 2.7 g	食塩 3.6 g	食塩 3.1 g	食塩 2.1 g	食塩 2.9 g
	米飯	米飯	ひじきの炊き込みご飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	鶏肉のカレー照り焼き	コロッケ	メバルの照り焼き	グリルチキンパルサミコソース	赤魚の煮つけ	他人とじ(豚)	タラの野菜あんかけ
単品小	はくさいの炒め物	カリフラワーのチーズ和え	もずく和え	きゅうりとツナのマヨ和え	春菊のおかか和え	オクラの和え物	もやしの香味和え
	◆枝豆と桜えびのポテトサラダ	ごぼうの炒め煮	味噌汁(わかめ・ねぎ)	ほうれん草のガーリック炒め	ねぎ焼き	じゃがいもの煮物	ピーマンの炒め物
	味噌汁(大根・ねぎ)	味噌汁(椎茸・ねぎ)		コンソメスープ	味噌汁(あおさ)	味噌汁(しろな)	味噌汁(えのき・ねぎ)
	エネルギー 697 kcal 蛋白質 27.5 g	エネルギー 624 kcal 蛋白質 14.8 g	エネルギー 444 kcal 蛋白質 21.9 g	エネルギー 676 kcal 蛋白質 28.1 g	エネルギー 494 kcal 蛋白質 21.8 g	エネルギー 610 kcal 蛋白質 28.4 g	エネルギー 550 kcal 蛋白質 23.8 g
単品デ	食塩 2.4 g	食塩 3.6 g	食塩 5.4 g	食塩 4.0 g	食塩 4.4 g	食塩 4.1 g	食塩 3.4 g
	もやしのかき醤油炒め	長芋の甘辛炒め	いとこ煮	キャベツの胡麻和え	はくさいの煮浸し	なめこのおろし和え	いんげんの胡麻和え
	エネルギー 74 kcal 蛋白質 3.2 g	エネルギー 77 kcal 蛋白質 1.9 g	エネルギー 82 kcal 蛋白質 2.6 g	エネルギー 36 kcal 蛋白質 1.7 g	エネルギー 17 kcal 蛋白質 1.1 g	エネルギー 13 kcal 蛋白質 0.8 g	エネルギー 27 kcal 蛋白質 1.1 g
	食塩 0.7 g	食塩 0.5 g	食塩 0.7 g	食塩 0.8 g	食塩 0.5 g	食塩 0.3 g	食塩 0.7 g
	腸活ゼリー(巨峰)	腸活ゼリー(マンゴー)	腸活ゼリー(ピーチ)	腸活ゼリー(ソルティライチ)	腸活ゼリー(抹茶)	腸活ゼリー(オレンジ)	腸活ゼリー(グアバ)
	エネルギー 50 kcal 蛋白質 0.0 g	エネルギー 48 kcal 蛋白質 0.0 g	エネルギー 50 kcal 蛋白質 0.0 g	エネルギー 37 kcal 蛋白質 0.0 g	エネルギー 54 kcal 蛋白質 0.1 g	エネルギー 49 kcal 蛋白質 0.0 g	エネルギー 50 kcal 蛋白質 0.0 g
	食塩 0.3 g						
	エネルギー 1711 kcal 蛋白質 57.0 g	エネルギー 1454 kcal 蛋白質 47.0 g	エネルギー 1556 kcal 蛋白質 61.3 g	エネルギー 1694 kcal 蛋白質 64.8 g	エネルギー 1660 kcal 蛋白質 53.4 g	エネルギー 1603 kcal 蛋白質 50.6 g	エネルギー 1456 kcal 蛋白質 52.5 g
	食塩 11.2 g	食塩 8.9 g	食塩 10.2 g	食塩 9.3 g	食塩 9.0 g	食塩 7.7 g	食塩 8.3 g

〈献立表〉

現場 : デリケア(株)茨木工場

献立種類 : 惣菜(通常/A)

年月日 : 2023年4月15日(土) ~ 2023年4月21日(金)

	土 15	日 16	月 17	火 18	水 19	木 20	金 21
朝食	米飯						
	スクランブルエッグ	ワインナーのコンソメ煮	はくさいの炒め物	小松菜のソテー	のり塩ポテト	卵とじ	かぼちゃサラダ
	キャベツのソテー	スナップえんどうのソテー	カリフラワーのマヨネーズ和え	オニオンサラダ	いんげんのソテー	はくさいの炒め物	ピーマンのソテー
	エネルギー 411 kcal 蛋白質 14.6 g	エネルギー 360 kcal 蛋白質 8.4 g	エネルギー 381 kcal 蛋白質 9.4 g	エネルギー 374 kcal 蛋白質 8.0 g	エネルギー 351 kcal 蛋白質 6.9 g	エネルギー 404 kcal 蛋白質 13.8 g	エネルギー 408 kcal 蛋白質 7.8 g
	食塩 1.0 g	食塩 1.0 g	食塩 1.0 g	食塩 0.7 g	食塩 0.7 g	食塩 1.0 g	食塩 0.7 g
昼食	米飯						
	トリーミッシュ(鶏)(C-8オイル入)	さばの味噌煮	海老と卵の炒め物和風あんかけ	海鮮焼きそば	ガリバタチキン	豚バラ大根	ぶりの照り焼き
	茄子のマリネ	いんげんの炒め物	ほうれん草のナムル	卵の花	オクラのお浸し	長芋の甘辛炒め	いんげんのからし和え
	デザート(パイン缶)	清し汁(そうめん・ねぎ)	中華スープ	味噌汁(なめこ・ねぎ)	味噌汁(あおさ)	味噌汁(わかめ・ねぎ)	味噌汁(豆腐・ねぎ)
	エネルギー 661 kcal 蛋白質 18.7 g	エネルギー 544 kcal 蛋白質 23.6 g	エネルギー 505 kcal 蛋白質 22.0 g	エネルギー 568 kcal 蛋白質 17.7 g	エネルギー 478 kcal 蛋白質 23.0 g	エネルギー 645 kcal 蛋白質 19.0 g	エネルギー 567 kcal 蛋白質 27.0 g
夕食	食塩 3.8 g	食塩 3.5 g	食塩 3.9 g	食塩 4.7 g	食塩 3.3 g	食塩 2.6 g	食塩 2.4 g
	米飯	米飯	米飯	米飯	◆金時豆入りかきまぜ(八う寿司)	米飯	米飯
	しまほっけの塩焼き	豚肉の炒め物	フカの煮つけ	あじのなめろうフライ	◆ほうれん草の柚子香和え	タラの西京焼き	肉団子の甘酢あん
	きゅうりの浅漬け	小松菜の磯辺和え	きゅうりの昆布和え	チンゲン菜の香味和え	さつまいもの煮物	もずく和え	春雨のドレッシング和え
	かぼちゃの煮物	卵とじ	ネギときのこの味噌炒め	ひじきの煮物	清し汁(トロロ昆布・ねぎ)	カリフラワーのソテー	ねぎ焼き
単品小	味噌汁(豆腐・ねぎ)	味噌汁(あおさ)	清し汁(わかめ・ねぎ)	味噌汁(長芋・ねぎ)		清し汁(そうめん・ねぎ)	中華スープ
	エネルギー 424 kcal 蛋白質 19.5 g	エネルギー 630 kcal 蛋白質 30.0 g	エネルギー 427 kcal 蛋白質 9.4 g	エネルギー 496 kcal 蛋白質 15.1 g	エネルギー 473 kcal 蛋白質 14.1 g	エネルギー 435 kcal 蛋白質 21.7 g	エネルギー 688 kcal 蛋白質 21.0 g
	食塩 3.1 g	食塩 3.1 g	食塩 3.9 g	食塩 3.2 g	食塩 4.5 g	食塩 3.9 g	食塩 4.7 g
	しろなのピーナツ和え	スタミナ納豆	焼き餃子	大根の浅漬け	たらこスパゲティ	プロッコリーのおかか和え	れんこんの炒め煮
	エネルギー 65 kcal 蛋白質 2.6 g	エネルギー 166 kcal 蛋白質 14.3 g	エネルギー 57 kcal 蛋白質 2.3 g	エネルギー 16 kcal 蛋白質 0.4 g	エネルギー 88 kcal 蛋白質 3.0 g	エネルギー 24 kcal 蛋白質 2.1 g	エネルギー 92 kcal 蛋白質 1.7 g
単品大	食塩 0.5 g	食塩 0.8 g	食塩 0.3 g	食塩 0.9 g	食塩 0.8 g	食塩 0.7 g	食塩 0.5 g
	腸活ゼリー(マスカット)	腸活ゼリー(紅茶)	腸活ゼリー(カルピス)	腸活ゼリー(巨峰)	腸活ゼリー(マンゴー)	腸活ゼリー(ピーチ)	腸活ゼリー(りんご)
	エネルギー 51 kcal 蛋白質 0.0 g	エネルギー 48 kcal 蛋白質 0.0 g	エネルギー 51 kcal 蛋白質 0.1 g	エネルギー 50 kcal 蛋白質 0.0 g	エネルギー 48 kcal 蛋白質 0.0 g	エネルギー 50 kcal 蛋白質 0.0 g	エネルギー 37 kcal 蛋白質 0.0 g
	食塩 0.3 g						
	エネルギー 1612 kcal 蛋白質 55.4 g	エネルギー 1748 kcal 蛋白質 76.3 g	エネルギー 1421 kcal 蛋白質 43.2 g	エネルギー 1504 kcal 蛋白質 41.2 g	エネルギー 1438 kcal 蛋白質 47.0 g	エネルギー 1558 kcal 蛋白質 56.6 g	エネルギー 1792 kcal 蛋白質 57.5 g
	食塩 8.7 g	食塩 8.7 g	食塩 9.4 g	食塩 9.8 g	食塩 9.6 g	食塩 8.5 g	食塩 8.6 g

〈献立表〉

現場 : デリケア(株)茨木工場

献立種類 : 惣菜(通常/A)

年月日 : 2023年4月22日(土) ~ 2023年4月28日(金)

	土 22	日 23	月 24	火 25	水 26	木 27	金 28
朝食	米飯 ビーンズサラダ プロッコリーの炒め物 I铫ギ - 383 kcal 蛋白質 9.7 g 食塩 0.7 g	米飯 スクランブルエッグ カリフラワーのソテー I铫ギ - 412 kcal 蛋白質 15.3 g 食塩 1.0 g	米飯 マカロニサラダ ピーマンのソテー I铫ギ - 422 kcal 蛋白質 7.2 g 食塩 0.8 g	米飯 チキンポールのコンソメ煮 スナップえんどうの炒め物 I铫ギ - 355 kcal 蛋白質 9.8 g 食塩 1.0 g	米飯 ハムエッグ プロッコリーの炒め物 I铫ギ - 405 kcal 蛋白質 14.3 g 食塩 0.7 g	米飯 ビーンズサラダ ごぼうの炒め煮 I铫ギ - 385 kcal 蛋白質 8.4 g 食塩 0.8 g	米飯 ペーコンエッグ カリフラワーのドレッシング和え I铫ギ - 428 kcal 蛋白質 14.2 g 食塩 0.8 g
昼食	米飯 鶏肉の唐揚げ胡椒だれ もやしのオイスターソース炒め 味噌汁(大根・ねぎ) I铫ギ - 627 kcal 蛋白質 26.3 g 食塩 2.1 g	米飯 さわらの幽庵焼き きゅうりのゆかり和え 味噌汁(玉ねぎ・人参) I铫ギ - 452 kcal 蛋白質 21.2 g 食塩 2.2 g	米飯 鶏肉と野菜の炒め物 ほうれん草の磯辺和え 味噌汁(里芋・ねぎ) I铫ギ - 486 kcal 蛋白質 23.2 g 食塩 2.7 g	カレーライス(牛) チーズサラダ デザート(黄桃缶) I铫ギ - 698 kcal 蛋白質 19.3 g 食塩 4.0 g	米飯 ◆生姜あんかけうどん 大根のピクルス デザート(みかん缶) I铫ギ - 555 kcal 蛋白質 14.7 g 食塩 2.9 g	米飯 鮭のちゃんちゃん焼き ほうれん草の和え物 清し汁(トロロ昆布・ねぎ) I铫ギ - 415 kcal 蛋白質 22.5 g 食塩 3.0 g	米飯 肉じゃが(豚) スッポンえんどうのきなこ味噌和え 清し汁(えのき・ねぎ) I铫ギ - 512 kcal 蛋白質 21.0 g 食塩 2.5 g
夕食	米飯 木の葉とじ 春菊のピーナツ和え 里芋の煮っころがし 味噌汁(しめじ・ねぎ) I铫ギ - 537 kcal 蛋白質 21.2 g 食塩 2.9 g	ケーリンピースと桜エビの混ぜご飯 寄せ鍋(豚) ネギのヌタ和え 清し汁(竹の子・ねぎ) 味噌汁(なめこ・ねぎ) I铫ギ - 513 kcal 蛋白質 26.6 g 食塩 4.8 g	米飯 あじの焼き南蛮漬け いんげんの中華和え 長芋の醤油炒め 味噌汁(なめこ・ねぎ) I铫ギ - 518 kcal 蛋白質 21.9 g 食塩 3.2 g	米飯 白身魚の竜田揚げ 小松菜のお浸し がんもの煮物 味噌汁(わかめ・ねぎ) I铫ギ - 478 kcal 蛋白質 20.4 g 食塩 2.8 g	米飯 ホキのレモンペッパー焼き 茄子の甘辛炒め チンゲン菜のお浸し 味噌汁(わかめ・ねぎ) I铫ギ - 466 kcal 蛋白質 18.4 g 食塩 3.7 g	米飯 牛肉の山椒炒め きゅうりとツナの梅マヨ和え ひじきの煮物 味噌汁(長芋・ねぎ) I铫ギ - 680 kcal 蛋白質 23.9 g 食塩 3.7 g	米飯 さばの塩焼き もずく和え じやこピーマン 味噌汁(玉ねぎ・人参) I铫ギ - 485 kcal 蛋白質 24.7 g 食塩 3.4 g
単品小	金平ごぼう I铫ギ - 71 kcal 蛋白質 0.9 g 食塩 0.4 g	きのこ金平 I铫ギ - 79 kcal 蛋白質 2.9 g 食塩 0.5 g	大根のかに棒あんかけ I铫ギ - 58 kcal 蛋白質 1.7 g 食塩 0.8 g	キャベツのソテー I铫ギ - 67 kcal 蛋白質 2.4 g 食塩 0.4 g	蒸ししゅうまい I铫ギ - 82 kcal 蛋白質 1.6 g 食塩 0.4 g	高野豆腐の煮物 I铫ギ - 49 kcal 蛋白質 3.0 g 食塩 0.7 g	炒り豆腐 I铫ギ - 69 kcal 蛋白質 5.4 g 食塩 0.6 g
単品大	腸活ゼリー(オレンジ) I铫ギ - 49 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	腸活ゼリー(抹茶) I铫ギ - 54 kcal 蛋白質 0.1 g 食塩 0.3 g	腸活ゼリー(グアバ) I铫ギ - 50 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	腸活ゼリー(マスカット) I铫ギ - 51 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	腸活ゼリー(紅茶) I铫ギ - 48 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	腸活ゼリー(オレンジ) I铫ギ - 49 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	腸活ゼリー(巨峰) I铫ギ - 50 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g
	I铫ギ - 1667 kcal 蛋白質 58.1 g 食塩 6.4 g	I铫ギ - 1510 kcal 蛋白質 66.1 g 食塩 8.8 g	I铫ギ - 1534 kcal 蛋白質 54.0 g 食塩 7.8 g	I铫ギ - 1649 kcal 蛋白質 51.9 g 食塩 8.5 g	I铫ギ - 1556 kcal 蛋白質 49.0 g 食塩 8.0 g	I铫ギ - 1578 kcal 蛋白質 57.8 g 食塩 8.5 g	I铫ギ - 1544 kcal 蛋白質 65.3 g 食塩 7.6 g

〈献立表〉

現場 : デリケア(株)茨木工場

献立種類 : 惣菜(通常/A)

年月日 : 2023年4月29日(土) ~ 2023年5月5日(金)

	土 29	日 30	月 1	火 2	水 3	木 4	金 5
朝食	米飯	米飯					
	小松菜のソテー	かぼちゃサラダ					
	玉ねぎのポン酢和え	ほうれん草のソテー					
	I buổi - 339 kcal 蛋白質 8.4 g	I buổi - 411 kcal 蛋白質 7.8 g					
昼食	食塩 1.4 g	食塩 0.8 g					
	米飯	米飯					
	いかと春キャベツのオイスターソース炒め	ぶり大根					
	いんげんの昆布和え	ブロッコリーのおかか和え					
夕食	味噌汁(あおさ)	味噌汁(わかめ・ねぎ)					
	I buổi - 444 kcal 蛋白質 17.7 g	I buổi - 494 kcal 蛋白質 19.9 g					
	食塩 3.9 g	食塩 3.9 g					
	米飯	米飯					
単品小	鶏肉の天ぷら	麻婆春雨(C-8オイル入)					
	もやしの胡麻和え	スナップえんどうの香味和え					
	きのこ金平	肉まん					
	味噌汁(大根・ねぎ)	中華スープ					
単品デ	I buổi - 663 kcal 蛋白質 34.1 g	I buổi - 593 kcal 蛋白質 17.1 g					
	食塩 3.0 g	食塩 4.5 g					
	揚げない大学いも	卵とじ					
	I buổi - 121 kcal 蛋白質 0.9 g	I buổi - 117 kcal 蛋白質 8.4 g					
	食塩 0.4 g	食塩 0.6 g					
	腸活ゼリー(マンゴー)	腸活ゼリー(ピーチ)					
	I buổi - 48 kcal 蛋白質 0.0 g	I buổi - 50 kcal 蛋白質 0.0 g					
	食塩 0.3 g	食塩 0.3 g					
	I buổi - 1615 kcal 蛋白質 61.1 g	I buổi - 1665 kcal 蛋白質 53.2 g					
	食塩 9.0 g	食塩 10.1 g					