

# 月間献立予定表（惣菜）

デリケア備菜木工場

日付	朝食	昼食	夕食	小鉢
				デザート
8/1 (火)	米飯 マカロニサラダ ブロッコリーのソテー	米飯 親子とし(鶏) ほうれん草のかき醤油和え 味噌汁(里芋・ねぎ)	米飯 赤魚の幽庵焼き はくさいの浅漬け ビーマンの炒め物 清し汁(そうめん・ねぎ)	ひじきの煮物 腸活🍷🍷(マンゴー)
8/2 (水)	米飯 大根サラダ スナッフえんどうの炒め物	米飯 牛肉のカレー炒め いんげんのピーナツ和え 味噌汁(じゃがいも・ねぎ)	鮭の散らし寿司 小松菜のお浸し かんもの煮物 清し汁(トロロ昆布・ねぎ)	茄子の揚げ浸し 腸活🍷🍷(抹茶)
8/3 (木)	米飯 チンゲン菜のソテー ビーンズサラダ	米飯 ゴーヤチャンプルー(豚) きゅうりのピクルス 味噌汁(わかめ・ねぎ)	米飯 タラと野菜のおろしソース 春雨の中華和え さつまいもの煮物 味噌汁(玉ねぎ・人参)	ミニお好み焼き 腸活🍷🍷(リルティイ)
8/4 (金)	米飯 チキンボールのコンソメ煮 いんげんの炒め物	米飯 ビーマン肉詰めフライ 春菊の胡麻和え 味噌汁(えのき・ねぎ)	米飯 しまほっけの塩焼き もずく和え 切干大根の煮物 味噌汁(油揚げ・ねぎ)	蒸ししゅうまい 腸活🍷🍷(和ワ)
8/5 (土)	米飯 ◆鶏野菜きのこ玉子焼き はくさいの炒め物	米飯 海老チリ チョレギサラダ ワンドンスープ	米飯 豚肉の照りマヨ炒め ほうれん草のお浸し かぼちゃの煮物 味噌汁(あおさ)	人参しりしり 腸活🍷🍷(グアバ)
8/6 (日)	米飯 じゃがいものソテー オニオンサラダ	米飯 鮭の酒粕焼き しろなの磯辺和え 清し汁(トロロ昆布・ねぎ)	米飯 すき焼き(牛) ひじきの煮物 いんげんの梅肉和え 味噌汁(大根・ねぎ)	カリフラワーの炒め物 腸活🍷🍷(マスカット)
8/7 (月)	米飯 さつまいもサラダ ビーマンのソテー	米飯 いかと里芋の煮物 チンゲン菜のお浸し 味噌汁(なめこ・ねぎ)	米飯 あじの大葉フライ スナッフえんどうのごま油和え 大豆桜えび 味噌汁(小松菜)	金平ごぼう 腸活🍷🍷(紅茶)
8/8 (火)	米飯 加子のミートソース煮 大根サラダ	米飯 冷やし中華 春菊のおかか和え デザート(ハイン缶)	米飯 豚肉の炒め物 きゅうりとしらすの酢の物 冬瓜の煮物 味噌汁(わかめ・ねぎ)	ねぎ焼き 腸活🍷🍷(ピーチ)
8/9 (水)	米飯 カリフラワーのクリーム煮 いんげんの炒め物	ハヤシライス スナッフえんどうのチーズ和え デザート(白桃缶)	米飯 鶏肉のオレンジマーメレード焼き トマトのマリネ ブロッコリーのソテー コンスープ	きのこソテー 腸活🍷🍷(巨峰)
8/10 (木)	米飯 卵とし ビーンズサラダ	米飯 豚肉といなりの炊き合わせ オクラのかき醤油和え 味噌汁(キャベツ)	米飯 メバルの照り焼き ほうれん草の酢味噌和え れんこんの炒め物 清し汁(トロロ昆布・ねぎ)	野菜コロッケ 腸活🍷🍷(マンゴー)
8/11 (金)	米飯 マカロニサラダ スナッフえんどうの炒め物	米飯 タラの野菜あんかけ チンゲン菜の香味和え 味噌汁(あおさ)	中華風炊き込みご飯 水きょうざ フロッリ-の中華和え きゅうりの浅漬け	じゃこビーマン 腸活🍷🍷(抹茶)
8/12 (土)	米飯 シャーマンポテト こほうサラダ	米飯 豚肉の生姜炒め キャベツのピーナツ和え 清し汁(わかめ・ねぎ)	米飯 ぶりの煮つけ 春菊の柚子和え ひじきの煮物 味噌汁(しめじ・ねぎ)	かぼちゃの煮物 腸活🍷🍷(リルティイ)
8/13 (日)	米飯 ウインナーのコンソメ煮 カリフラワーの炒め物	米飯 ◆とり天おろしポン酢かけ きゅうりとワの昆布和え 味噌汁(油揚げ・ねぎ)	米飯 ハンバーグ(C-8お仏入入り) 長芋のしぼ漬け和え ビーマンとちくわの甘辛炒め 味噌汁(ほうれん草)	いんげんのソテー 腸活🍷🍷(和ワ)
8/14 (月)	米飯 ハムエッグ しろなの塩だれ炒め	米飯 冷やしハイカラそば 高野豆腐の煮物 デザート(みかん缶)	米飯 カレイの照り焼き チンゲン菜のからし和え れんこんのそぼろ煮 味噌汁(あおさ)	ブロッコリーのおかか和え 腸活🍷🍷(グアバ)
8/15 (火)	米飯 さつまいもサラダ キャベツのソテー	米飯 豚肉のはちみつ炒め スナッフえんどうのごま油和え 味噌汁(えのき・ねぎ)	米飯 さばの味噌煮 春菊のかき醤油和え 加子の甘辛炒め 清し汁(トロロ昆布・ねぎ)	ナポリタン 腸活🍷🍷(マスカット)

# 月間献立予定表（惣菜）

デリケア備後木工場

日付	朝食	昼食	夕食	小鉢 デザート
8/16 (水)	米飯 スクランブルエッグ カリフラワーのドレッシング和え	米飯 筑前煮(鶏) オクラの梅おかか和え 味噌汁(なめこ・ねぎ)	枝豆ご飯 鯛の幽庵焼き しろなのお浸し 清し汁(そうめん・ねぎ)	ミニお好み焼き 腸活🍵(紅茶)
8/17 (木)	米飯 肉団子のクリーム煮 いんげんのカレーソテー	米飯 鶏肉のホトリック唐揚げ ほうれん草の胡麻和え 味噌汁(椎茸・ねぎ)	米飯 八宝菜(豚) きゅうりのゆかり和え こぼろの炒め物 中華スープ	ひじきの煮物 腸活🍵(巨峰)
8/18 (金)	米飯 チンゲン菜の炒め物 ビーンズサラダ	米飯 他人とじ(牛) 冬瓜の煮物 味噌汁(里芋・ねぎ)	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(大根・ねぎ)	スナッペンどうの中華和え 腸活🍵(ピーチ)
8/19 (土)	米飯 マカロニソテー こぼろサラダ	米飯 ホキの味噌漬け焼き オクラの昆布和え 清し汁(豆腐・ねぎ)	米飯 豚肉の甘辛炒め フロッコリーのレモン和え いとこ煮 味噌汁(わかめ・ねぎ)	切干大根の煮物 腸活🍵(マンゴー)
8/20 (日)	米飯 加子のミートソース煮 キャベツのソテー	米飯 おでん はくさいの浅漬け 味噌汁(えのき・ねぎ)	えびときのこの洋風混ぜご飯 鶏肉の照り焼き しろなの香味和え 味噌汁(さつまいも・ねぎ)	人参しりしり 腸活🍵(抹茶)
8/21 (月)	米飯 ウィンナーのコンソメ煮 のり塩ポテト	米飯 肉団子の甘酢あん サーサイ和え 中華スープ	米飯 かぼちゃコロッケ 金平こぼろ 春菊の和え物 味噌汁(油揚げ・ねぎ)	炒り豆腐 腸活🍵(リネアイチ)
8/22 (火)	米飯 卵とじ 小松菜の炒め物	米飯 カリバタチキン トマトのマリネ ポタージュ	米飯 しまほっけの塩麹焼き オクラの和え物 長芋の醤油炒め 味噌汁(ほうれん草)	いんげんのソテー 腸活🍵(グアバ)
8/23 (水)	米飯 シャーマンポテト ピーマンの炒め物	米飯 豚バラ大根 チンゲン菜のお浸し 味噌汁(わかめ・ねぎ)	米飯 赤魚の胡麻照り焼き ひじきサラダ カリフラワーのソテー 味噌汁(椎茸・ねぎ)	ねぎ焼き 腸活🍵(和みツ)
8/24 (木)	米飯 ハムエッグ オニオンサラダ	米飯 カレイの西京焼き もずく和え 清し汁(そうめん・ねぎ)	米飯 ◆ソースカツ 小松菜のお浸し さつまいもの煮物 ◆長寿汁(真たくさん味噌汁)	焼き茄子 腸活🍵(マスカット)
8/25 (金)	米飯 スナッペンどうの炒め物 こぼろサラダ	夏野菜カレーライス(豚) フロッコリーのドレッシング和え デザート(黄桃缶)	米飯 タラのムニエル 大根のピクルス 和風スバゲティ コンソメスープ	春菊のソテー 腸活🍵(紅茶)
8/26 (土)	米飯 かぼちゃサラダ はくさいのソテー	米飯 さわらの南部焼き きゅうりの梅肉和え 清し汁(そうめん・ねぎ)	米飯 麻婆茄子(C-8お仏入) しろなのナムル 蒸ししゅうまい 中華スープ	高野豆腐の煮物 腸活🍵(巨峰)
8/27 (日)	米飯 卵とじ カリフラワーのドレッシング和え	タコライス スナッペンどうのチーズ和え コンソメスープ	米飯 さばの煮つけ ひじきとピーマンのソテー いんげんの胡麻和え 味噌汁(なめこ・ねぎ)	豆腐のナゲット 腸活🍵(ピーチ)
8/28 (月)	米飯 マカロニサラダ ほうれん草のソテー	米飯 ポトフ 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 ネギのメタ和え 里芋の煮ころがし 清し汁(春菊)	春雨サラダ 腸活🍵(マンゴー)
8/29 (火)	米飯 鶏野菜きのこ玉子焼き 玉ねぎのボン酢和え	米飯 肉豆腐(豚) もずく和え 味噌汁(はくさい)	米飯 鯛の照り焼き しろなのおかか和え 大豆の煮物 味噌汁(椎茸・ねぎ)	焼きじゃが 腸活🍵(抹茶)
8/30 (水)	米飯 加子のミートソース煮 こぼろサラダ	米飯 白身魚のゆかり揚げ ひじきの煮物 味噌汁(長芋・ねぎ)	米飯 鶏肉と野菜の炒め物 小松菜のからし和え がんもの煮物 清し汁(そうめん・ねぎ)	オクラの和え物 腸活🍵(リネアイチ)
8/31 (木)	米飯 春菊の炒め物 オニオンサラダ	米飯 ◆冷やし肉うどん(牛) はくさいの梅肉和え デザート(ハイン缶)	米飯 豆腐ハンバーグ きゅうりの浅漬け たらこスバゲティ 味噌汁(あおさ)	ピーマンのかき醤油炒め 腸活🍵(和みツ)

<献立表>

現場：デリケア㈱茨木工場  
献立種類：惣菜(通常／A／禁止食)  
年月日：2023年8月1日(火)～2023年8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
	マカロニサラダ	大根サラダ	チンゲン菜のソテー	チキンボールのコンソメ煮	◆鶏野菜きのこ玉子焼き	じゃがいものソテー	さつまいもサラダ
	ブロッコリーのソテー	スナッブえんどうの炒め物	ビーンズサラダ	いんげんの炒め物	はくさいの炒め物	オニオンサラダ	ピーマンのソテー
	1人1食あたり 400 kcal 蛋白質 8.9 g 食塩 0.7 g	1人1食あたり 354 kcal 蛋白質 8.3 g 食塩 1.0 g	1人1食あたり 369 kcal 蛋白質 9.4 g 食塩 0.8 g	1人1食あたり 343 kcal 蛋白質 9.6 g 食塩 1.1 g	1人1食あたり 309 kcal 蛋白質 7.2 g 食塩 0.9 g	1人1食あたり 378 kcal 蛋白質 8.0 g 食塩 0.9 g	1人1食あたり 435 kcal 蛋白質 7.0 g 食塩 0.7 g
昼食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	親子とじ(鶏)	牛肉のカレー炒め	ゴーヤチャンプルー(豚)	ピーマン肉詰めフライ	海老チリ	鮭の酒粕焼き	いかと里芋の煮物
	ほうれん草のかき醤油和え	いんげんのピーナツ和え	きゅうりのピクルス	春菊の胡麻和え	チョレギサラダ	しろなの磯辺和え	チンゲン菜のお浸し
	味噌汁(里芋・ねぎ)	味噌汁(じゃがいも・ねぎ)	味噌汁(わかめ・ねぎ)	味噌汁(えのき・ねぎ)	ワンドンスープ	清し汁(トロロ昆布・ねぎ)	味噌汁(なめこ・ねぎ)
	1人1食あたり 565 kcal 蛋白質 25.2 g 食塩 3.4 g	1人1食あたり 605 kcal 蛋白質 22.1 g 食塩 2.7 g	1人1食あたり 569 kcal 蛋白質 26.2 g 食塩 3.6 g	1人1食あたり 426 kcal 蛋白質 10.5 g 食塩 2.1 g	1人1食あたり 503 kcal 蛋白質 12.1 g 食塩 3.3 g	1人1食あたり 387 kcal 蛋白質 21.4 g 食塩 3.0 g	1人1食あたり 441 kcal 蛋白質 21.3 g 食塩 3.3 g
夕食	米飯	鮭の散らし寿司	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	赤魚の幽庵焼き	小松菜のお浸し	タラと野菜のおろしソース	しまほっけの塩焼き	豚肉の照りマヨ炒め	すき焼き(牛)	あじの大葉フライ
	はくさいの浅漬け	がんもの煮物	春雨の中華和え	もずく和え	ほうれん草のお浸し	ひじきの煮物	スナッブえんどうのごま油和え
	ピーマンの炒め物	清し汁(トロロ昆布・ねぎ)	さつまいもの煮物	切干大根の煮物	かぼちゃの煮物	いんげんの梅肉和え	大豆桜えび
	清し汁(そうめん・ねぎ)		味噌汁(玉ねぎ・人参)	味噌汁(油揚げ・ねぎ)	味噌汁(あおさ)	味噌汁(大根・ねぎ)	味噌汁(小松菜)
	1人1食あたり 486 kcal 蛋白質 21.6 g 食塩 3.4 g	1人1食あたり 481 kcal 蛋白質 16.9 g 食塩 4.3 g	1人1食あたり 490 kcal 蛋白質 19.7 g 食塩 2.8 g	1人1食あたり 423 kcal 蛋白質 18.6 g 食塩 2.7 g	1人1食あたり 612 kcal 蛋白質 26.0 g 食塩 3.1 g	1人1食あたり 598 kcal 蛋白質 20.6 g 食塩 5.0 g	1人1食あたり 554 kcal 蛋白質 22.0 g 食塩 3.6 g
単品小	ひじきの煮物	茄子の揚げ浸し	ミニお好み焼き	蒸ししゅうまい	人参しりしり	カリフラワーの炒め物	金平ごぼう
	1人1食あたり 49 kcal 蛋白質 1.6 g 食塩 0.8 g	1人1食あたり 47 kcal 蛋白質 1.0 g 食塩 0.4 g	1人1食あたり 35 kcal 蛋白質 1.3 g 食塩 0.5 g	1人1食あたり 82 kcal 蛋白質 1.6 g 食塩 0.4 g	1人1食あたり 57 kcal 蛋白質 2.0 g 食塩 0.3 g	1人1食あたり 57 kcal 蛋白質 2.5 g 食塩 0.5 g	1人1食あたり 72 kcal 蛋白質 0.9 g 食塩 0.4 g
単品デ	腸活ゼリー(マンゴー)	腸活ゼリー(抹茶)	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(クアハ)	腸活ゼリー(マスカット)	腸活ゼリー(紅茶)
	1人1食あたり 48 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	1人1食あたり 54 kcal 蛋白質 0.1 g 食塩 0.3 g	1人1食あたり 37 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 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 48 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g
	1人1食あたり 1548 kcal 蛋白質 57.3 g 食塩 8.6 g	1人1食あたり 1541 kcal 蛋白質 48.4 g 食塩 8.7 g	1人1食あたり 1500 kcal 蛋白質 56.6 g 食塩 8.0 g	1人1食あたり 1323 kcal 蛋白質 40.3 g 食塩 6.6 g	1人1食あたり 1531 kcal 蛋白質 47.3 g 食塩 7.9 g	1人1食あたり 1471 kcal 蛋白質 52.5 g 食塩 9.7 g	1人1食あたり 1550 kcal 蛋白質 51.2 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／禁止食)  
年月日：2023年8月8日(火)～2023年8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
	茄子のミートソース煮	カリフラワーのクリーム煮	卵とじ	マカロニサラダ	ジャーマンポテト	ウインナーのコンソメ煮	ハムエッグ
	大根サラダ	いんげんの炒め物	ビーンズサラダ	スナッパえんどうの炒め物	ごぼうサラダ	カリフラワーの炒め物	しろなの塩だれ炒め
	エネルギー 351 kcal 蛋白質 7.5 g 食塩 0.7 g	エネルギー 352 kcal 蛋白質 8.0 g 食塩 1.2 g	エネルギー 424 kcal 蛋白質 14.4 g 食塩 1.0 g	エネルギー 395 kcal 蛋白質 8.6 g 食塩 0.7 g	エネルギー 370 kcal 蛋白質 8.1 g 食塩 1.1 g	エネルギー 356 kcal 蛋白質 8.6 g 食塩 1.0 g	エネルギー 394 kcal 蛋白質 13.0 g 食塩 0.9 g
昼食	米飯	ハヤシライス	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	冷やし中華	スナッパえんどうのチーズ和え	豚肉といなりの炊き合わせ	タラの野菜あんかけ	豚肉の生姜炒め	◆とり天おろしポン酢かけ	冷やしハイカラそば
	春菊のおかか和え	デザート(白桃缶)	オクラのかき醤油和え	チンゲン菜の香味和え	キャベツのピーナツ和え	きゅうりとワケの昆布和え	高野豆腐の煮物
	デザート(バイン缶)		味噌汁(キャベツ)	味噌汁(あおさ)	清し汁(わかめ・ねぎ)	味噌汁(油揚げ・ねぎ)	デザート(みかん缶)
	エネルギー 695 kcal 蛋白質 21.7 g 食塩 3.8 g	エネルギー 638 kcal 蛋白質 19.4 g 食塩 3.4 g	エネルギー 444 kcal 蛋白質 20.0 g 食塩 2.9 g	エネルギー 468 kcal 蛋白質 20.4 g 食塩 3.3 g	エネルギー 537 kcal 蛋白質 23.2 g 食塩 1.9 g	エネルギー 654 kcal 蛋白質 25.1 g 食塩 2.1 g	エネルギー 556 kcal 蛋白質 15.4 g 食塩 3.5 g
夕食	米飯	米飯	米飯	中華風炊き込みご飯	米飯	米飯	米飯
	豚肉の炒め物	鶏肉のオレンジマーメレード焼き	メバルの照り焼き	水ぎょうざ	ぶりの煮つけ	ハンバーグ(0-8オイル入ソース)	カレイの照り焼き
	きゅうりとしらすの酢の物	トマトのマリネ	ほうれん草の酢味噌和え	ブロッコリーの中華和え	春菊の柚子和え	長芋のしば漬け和え	チンゲン菜のからし和え
	冬瓜の煮物	ブロッコリーのソテー	れんこんの炒め物	きゅうりの浅漬け	ひじきの煮物	ピーマンとちくわの甘辛炒め	れんこんのそぼろ煮
	味噌汁(わかめ・ねぎ)	コーンスープ	清し汁(トロロ昆布・ねぎ)		味噌汁(しめじ・ねぎ)	味噌汁(ほうれん草)	味噌汁(あおさ)
	エネルギー 546 kcal 蛋白質 24.0 g 食塩 2.8 g	エネルギー 671 kcal 蛋白質 26.8 g 食塩 3.8 g	エネルギー 540 kcal 蛋白質 22.6 g 食塩 2.8 g	エネルギー 506 kcal 蛋白質 18.3 g 食塩 5.4 g	エネルギー 592 kcal 蛋白質 25.2 g 食塩 4.3 g	エネルギー 597 kcal 蛋白質 18.0 g 食塩 4.0 g	エネルギー 511 kcal 蛋白質 23.9 g 食塩 3.3 g
単品小	ねぎ焼き	きのこソテー	野菜コロッケ	じゃこピーマン	かぼちゃの煮物	いんげんのソテー	ブロッコリーのおかか和え
	エネルギー 36 kcal 蛋白質 1.7 g 食塩 0.7 g	エネルギー 55 kcal 蛋白質 2.6 g 食塩 0.5 g	エネルギー 70 kcal 蛋白質 1.1 g 食塩 0.2 g	エネルギー 56 kcal 蛋白質 2.0 g 食塩 0.5 g	エネルギー 66 kcal 蛋白質 1.8 g 食塩 0.7 g	エネルギー 70 kcal 蛋白質 2.1 g 食塩 0.5 g	エネルギー 24 kcal 蛋白質 2.1 g 食塩 0.6 g
単品デ	腸活ゼリー(ピーチ)	腸活ゼリー(巨峰)	腸活ゼリー(マンゴー)	腸活ゼリー(抹茶)	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(グアバ)
	エネルギー 50 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 48 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	エネルギー 54 kcal 蛋白質 0.1 g 食塩 0.3 g	エネルギー 37 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 50 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g
	エネルギー 1678 kcal 蛋白質 54.9 g 食塩 8.3 g	エネルギー 1766 kcal 蛋白質 56.8 g 食塩 9.2 g	エネルギー 1526 kcal 蛋白質 58.1 g 食塩 7.2 g	エネルギー 1479 kcal 蛋白質 49.4 g 食塩 10.2 g	エネルギー 1602 kcal 蛋白質 58.3 g 食塩 8.3 g	エネルギー 1726 kcal 蛋白質 53.8 g 食塩 7.9 g	エネルギー 1535 kcal 蛋白質 54.4 g 食塩 8.6 g

<献立表>

現場：デリケア㈱茨木工場  
献立種類：惣菜(通常／A／禁止食)  
年月日：2023年8月15日(火)～2023年8月21日(月)

	火 15	水 16	木 17	金 18	土 19	日 20	月 21
朝食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	さつまいもサラダ	スクランブルエッグ	肉団子のクリーム煮	チンゲン菜の炒め物	マカロニソテー	茄子のミートソース煮	ウインナーのコンソメ煮
	キャベツのソテー	カリフラワーのドレッシング和え	いんげんのカレーソテー	ビーンズサラダ	ごぼうサラダ	キャベツのソテー	のり塩ポテト
	1人1食あたり 451 kcal 蛋白質 7.2 g 食塩 0.7 g	1人1食あたり 408 kcal 蛋白質 14.5 g 食塩 0.9 g	1人1食あたり 390 kcal 蛋白質 11.1 g 食塩 1.6 g	1人1食あたり 386 kcal 蛋白質 9.0 g 食塩 0.8 g	1人1食あたり 412 kcal 蛋白質 7.8 g 食塩 0.9 g	1人1食あたり 326 kcal 蛋白質 6.9 g 食塩 0.8 g	1人1食あたり 331 kcal 蛋白質 7.1 g 食塩 0.7 g
昼食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	豚肉のはちみつ炒め	筑前煮(鶏)	鶏肉のホトトケ唐揚げ	他人とじ(牛)	ホキの味噌漬け焼き	おでん	肉団子の甘酢あん
	スナッパえんどうのごま油和え	オクラの梅おかか和え	ほうれん草の胡麻和え	冬瓜の煮物	オクラの昆布和え	はくさいの浅漬け	ザーサイ和え
	味噌汁(えのき・ねぎ)	味噌汁(なめこ・ねぎ)	味噌汁(椎茸・ねぎ)	味噌汁(里芋・ねぎ)	清し汁(豆腐・ねぎ)	味噌汁(えのき・ねぎ)	中華スープ
	1人1食あたり 556 kcal 蛋白質 25.3 g 食塩 2.9 g	1人1食あたり 535 kcal 蛋白質 22.7 g 食塩 3.5 g	1人1食あたり 604 kcal 蛋白質 25.7 g 食塩 2.1 g	1人1食あたり 587 kcal 蛋白質 24.8 g 食塩 3.0 g	1人1食あたり 382 kcal 蛋白質 19.5 g 食塩 2.7 g	1人1食あたり 433 kcal 蛋白質 16.3 g 食塩 3.4 g	1人1食あたり 589 kcal 蛋白質 19.6 g 食塩 5.2 g
夕食	米飯	枝豆ご飯	米飯	米飯	米飯	えびときのこの洋風混ぜご飯	米飯
	さばの味噌煮	鯛の幽庵焼き	八宝菜(豚)	白身魚の竜田揚げ	豚肉の甘辛炒め	鶏肉の照り焼き	かぼちゃコロッケ
	春菊のかき醤油和え	しろなのお浸し	きゅうりのゆかり和え	小松菜のお浸し	ブロッコリーのレモン和え	しろなの香味和え	金平ごぼう
	茄子の甘辛炒め	清し汁(そうめん・ねぎ)	ごぼうの炒め物	がんもの煮物	いとこ煮	味噌汁(さつまいも・ねぎ)	春菊の和え物
	清し汁(トロロ昆布・ねぎ)		中華スープ	味噌汁(大根・ねぎ)	味噌汁(わかめ・ねぎ)		味噌汁(油揚げ・ねぎ)
	1人1食あたり 588 kcal 蛋白質 25.1 g 食塩 4.1 g	1人1食あたり 418 kcal 蛋白質 22.1 g 食塩 3.3 g	1人1食あたり 538 kcal 蛋白質 21.8 g 食塩 3.9 g	1人1食あたり 485 kcal 蛋白質 20.5 g 食塩 2.7 g	1人1食あたり 628 kcal 蛋白質 27.1 g 食塩 3.2 g	1人1食あたり 612 kcal 蛋白質 27.8 g 食塩 3.9 g	1人1食あたり 567 kcal 蛋白質 13.0 g 食塩 3.0 g
単品小	ナポリタン	ミニお好み焼き	ひじきの煮物	スナッパえんどうの中華和え	切干大根の煮物	人参しりしり	炒り豆腐
	1人1食あたり 102 kcal 蛋白質 2.7 g 食塩 0.5 g	1人1食あたり 35 kcal 蛋白質 1.3 g 食塩 0.5 g	1人1食あたり 53 kcal 蛋白質 1.6 g 食塩 0.8 g	1人1食あたり 51 kcal 蛋白質 3.4 g 食塩 0.8 g	1人1食あたり 49 kcal 蛋白質 1.4 g 食塩 0.4 g	1人1食あたり 57 kcal 蛋白質 2.0 g 食塩 0.3 g	1人1食あたり 68 kcal 蛋白質 5.3 g 食塩 0.6 g
単品デ	腸活ゼリー(マスカット)	腸活ゼリー(紅茶)	腸活ゼリー(巨峰)	腸活ゼリー(ピーチ)	腸活ゼリー(マンゴー)	腸活ゼリー(抹茶)	腸活ゼリー(ソルティライフ)
	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 48 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 50 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	1人1食あたり 48 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	1人1食あたり 54 kcal 蛋白質 0.1 g 食塩 0.3 g	1人1食あたり 37 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g
	1人1食あたり 1748 kcal 蛋白質 60.3 g 食塩 8.5 g	1人1食あたり 1444 kcal 蛋白質 60.6 g 食塩 8.5 g	1人1食あたり 1635 kcal 蛋白質 60.2 g 食塩 8.7 g	1人1食あたり 1559 kcal 蛋白質 57.7 g 食塩 7.6 g	1人1食あたり 1519 kcal 蛋白質 55.8 g 食塩 7.5 g	1人1食あたり 1482 kcal 蛋白質 53.1 g 食塩 8.7 g	1人1食あたり 1592 kcal 蛋白質 45.0 g 食塩 9.8 g

<献立表>

現場：デリケア㈱茨木工場  
献立種類：惣菜(通常／A／禁止食)  
年月日：2023年8月22日(火)～2023年8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
	卵とじ	ジャーマンポテト	ハムエッグ	スナッブえんどうの炒め物	かぼちゃサラダ	卵とじ	マカロニサラダ
	小松菜の炒め物	ピーマンの炒め物	オニオンサラダ	ごぼうサラダ	はくさいのソテー	カリフラワーのドレッシング和え	ほうれん草のソテー
	エネルギー 393 kcal 蛋白質 15.1 g 食塩 1.0 g	エネルギー 347 kcal 蛋白質 7.2 g 食塩 1.2 g	エネルギー 435 kcal 蛋白質 13.6 g 食塩 0.8 g	エネルギー 387 kcal 蛋白質 8.7 g 食塩 0.7 g	エネルギー 414 kcal 蛋白質 8.0 g 食塩 0.6 g	エネルギー 415 kcal 蛋白質 15.5 g 食塩 1.1 g	エネルギー 392 kcal 蛋白質 7.8 g 食塩 0.8 g
昼食	米飯	米飯	米飯	夏野菜カレーライス(豚)	米飯	タコライス	米飯
	ガリバタチキン	豚バラ大根	カレイの西京焼き	ブロッコリーのﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ和え	さわらの南部焼き	ｽﾅｯﾌﾟ えんどうのチーズ和え	ポトフ
	トマトのマリネ	チンゲン菜のお浸し	もずく和え	デザート(黄桃缶)	きゅうりの梅肉和え	コンソメスープ	キャベツの炒め物
	ポタージュ	味噌汁(わかめ・ねぎ)	清し汁(そうめん・ねぎ)		清し汁(そうめん・ねぎ)		デザート(白桃缶)
	エネルギー 537 kcal 蛋白質 19.8 g 食塩 3.5 g	エネルギー 611 kcal 蛋白質 18.2 g 食塩 2.7 g	エネルギー 407 kcal 蛋白質 21.5 g 食塩 3.4 g	エネルギー 656 kcal 蛋白質 18.3 g 食塩 3.4 g	エネルギー 469 kcal 蛋白質 23.1 g 食塩 2.9 g	エネルギー 512 kcal 蛋白質 17.0 g 食塩 3.2 g	エネルギー 485 kcal 蛋白質 13.2 g 食塩 2.6 g
夕食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	しまほっけの塩麹焼き	赤魚の胡麻照り焼き	◆ソースカツ	タラのムニエル	麻婆茄子(0-8才入)	さばの煮つけ	あじの焼き南蛮漬け
	オクラの和え物	ひじきサラダ	小松菜のお浸し	大根のピクルス	しろなのナムル	ひじきとﾋﾟｰﾏﾝのソテー	ネギのヌタ和え
	長芋の醤油炒め	カリフラワーのソテー	さつまいもの煮物	和風スパゲティ	蒸ししゅうまい	いんげんの胡麻和え	里芋の煮っころがし
	味噌汁(ほうれん草)	味噌汁(椎茸・ねぎ)	◆長寿汁(具たくさん味噌汁)	コンソメスープ	中華スープ	味噌汁(なめこ・ねぎ)	清し汁(春菊)
	エネルギー 436 kcal 蛋白質 21.0 g 食塩 2.8 g	エネルギー 592 kcal 蛋白質 24.3 g 食塩 2.8 g	エネルギー 621 kcal 蛋白質 17.4 g 食塩 3.1 g	エネルギー 488 kcal 蛋白質 19.4 g 食塩 3.4 g	エネルギー 551 kcal 蛋白質 16.1 g 食塩 4.3 g	エネルギー 544 kcal 蛋白質 23.6 g 食塩 4.2 g	エネルギー 558 kcal 蛋白質 23.4 g 食塩 3.7 g
単品小	いんげんのソテー	ねぎ焼き	焼き茄子	春菊のソテー	高野豆腐の煮物	豆腐のナゲット	春雨サラダ
	エネルギー 65 kcal 蛋白質 2.4 g 食塩 0.4 g	エネルギー 36 kcal 蛋白質 1.7 g 食塩 0.7 g	エネルギー 16 kcal 蛋白質 0.8 g 食塩 0.4 g	エネルギー 51 kcal 蛋白質 2.9 g 食塩 0.6 g	エネルギー 53 kcal 蛋白質 3.1 g 食塩 0.7 g	エネルギー 118 kcal 蛋白質 2.5 g 食塩 0.4 g	エネルギー 71 kcal 蛋白質 0.9 g 食塩 0.3 g
	腸活ﾾﾞﾘｰ(ｸﾞﾏﾊﾞﾝ)	腸活ﾾﾞﾘｰ(ｵﾚﾝｼﾞ)	腸活ﾾﾞﾘｰ(ﾏｽｶｯﾄ)	腸活ﾾﾞﾘｰ(紅茶)	腸活ﾾﾞﾘｰ(巨峰)	腸活ﾾﾞﾘｰ(ﾋｰﾁ)	腸活ﾾﾞﾘｰ(ﾏﾝｺﾞｰ)
単品デ	エネルギー 50 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 51 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	エネルギー 48 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 50 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g	エネルギー 48 kcal 蛋白質 0.0 g 食塩 0.3 g
	エネルギー 1481 kcal 蛋白質 58.3 g 食塩 8.0 g	エネルギー 1635 kcal 蛋白質 51.4 g 食塩 7.7 g	エネルギー 1530 kcal 蛋白質 53.3 g 食塩 8.0 g	エネルギー 1630 kcal 蛋白質 49.3 g 食塩 8.4 g	エネルギー 1537 kcal 蛋白質 50.3 g 食塩 8.8 g	エネルギー 1639 kcal 蛋白質 58.6 g 食塩 9.2 g	エネルギー 1554 kcal 蛋白質 45.3 g 食塩 7.7 g

<献立表>

現場：デリケア㈱茨木工場  
献立種類：惣菜(通常／A／禁止食)  
年月日：2023年8月29日(火)～2023年9月4日(月)

	火 29	水 30	木 31				
朝食	米飯 鶏野菜きのこ玉子焼き 玉ねぎのボン酢和え	米飯 茄子のミートソース煮 ごぼうサラダ	米飯 春菊の炒め物 オニオンサラダ				
	1人1食あたり 310 kcal 蛋白質 8.6 g 食塩 1.4 g	1人1食あたり 360 kcal 蛋白質 8.1 g 食塩 0.9 g	1人1食あたり 367 kcal 蛋白質 8.2 g 食塩 0.7 g				
昼食	米飯 肉豆腐(豚) もずく和え 味噌汁(はくさい)	米飯 白身魚のゆかり揚げ ひじきの煮物 味噌汁(長芋・ねぎ)	米飯 ◆冷やし肉うどん(牛) はくさいの梅肉和え デザート(パイン缶)				
	1人1食あたり 533 kcal 蛋白質 25.0 g 食塩 3.0 g	1人1食あたり 555 kcal 蛋白質 20.1 g 食塩 2.0 g	1人1食あたり 626 kcal 蛋白質 19.7 g 食塩 5.1 g				
夕食	米飯 鯛の照り焼き しろなのおかか和え 大豆の煮物 味噌汁(椎茸・ねぎ)	米飯 鶏肉と野菜の炒め物 小松菜のからし和え がんもの煮物 清し汁(そうめん・ねぎ)	米飯 豆腐ハンバーグ きゅうりの浅漬け たらこスパゲティ 味噌汁(あおさ)				
	1人1食あたり 484 kcal 蛋白質 24.3 g 食塩 3.6 g	1人1食あたり 575 kcal 蛋白質 22.8 g 食塩 3.2 g	1人1食あたり 520 kcal 蛋白質 16.0 g 食塩 4.4 g				
単品小	焼きじゃが	オクラの和え物	ピーマンのかき醤油炒め				
	1人1食あたり 60 kcal 蛋白質 1.1 g 食塩 0.7 g	1人1食あたり 42 kcal 蛋白質 2.3 g 食塩 0.9 g	1人1食あたり 62 kcal 蛋白質 2.9 g 食塩 0.6 g				
単品デ	腸活ゼリー(抹茶)	腸活ゼリー(ソルティライイ)	腸活ゼリー(オレンジ)				
	1人1食あたり 54 kcal 蛋白質 0.1 g 食塩 0.3 g	1人1食あたり 37 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 1441 kcal 蛋白質 59.1 g 食塩 9.0 g	1人1食あたり 1569 kcal 蛋白質 53.3 g 食塩 7.3 g	1人1食あたり 1624 kcal 蛋白質 46.8 g 食塩 11.1 g				