

# 月間献立予定表（食材）

デリケア惣菜木工場

| 日付          | 朝食                                  | 昼食  | 夕食  | 小鉢<br>デザート   |
|-------------|-------------------------------------|---|---|--------------|
| 9/1<br>(金)  | 米飯<br>チキンボールのクリーム煮<br>チンゲン菜のソテー     | 米飯<br>メバルの南部焼き<br>しろなのお浸し<br>味噌汁(わかめ・ねぎ)        | 米飯<br>ミンチカツ<br>スナッフえんどうのソテー<br>厚揚げと大根の煮物<br>コンソメスープ             | 焼き餃子         |
| 9/2<br>(土)  | 米飯<br>かぼちゃサラダ<br>れんこんの炒め煮           | 米飯<br>タラのトマトソースかけ<br>パプリカのバルサミコ酢マリネ<br>きのこポタージュ | 米飯<br>牛肉のいりかきソース炒め<br>小松菜のお浸し<br>茄子の煮物<br>味噌汁(えのき・ねぎ)           | もやしのガーリックソテー |
| 9/3<br>(日)  | 米飯<br>肉団子のコンソメ煮<br>カリフラワーのソテー       | 米飯<br>八宝菜(豚)<br>蒸ししゅうまい<br>中華スープ                | 米飯<br>赤魚の照り焼き<br>もずく和え<br>長芋の醤油炒め<br>味噌汁(なめこ・ねぎ)                | いんげんの中華和え    |
| 9/4<br>(月)  | 米飯<br>しろなの炒め物<br>ビーンズサラダ            | キーマカレー<br>フロッコリーのサラダ<br>デザート(みかん缶)              | 米飯<br>豚肉と大根の胡麻味噌炒め<br>ほうれん草の磯辺和え<br>里芋のそぼろ煮<br>清し汁(トロロ昆布・ねぎ)    | キャベツのソテー     |
| 9/5<br>(火)  | 米飯<br>温野菜サラダ<br>スナッフえんどうのソテー        | 米飯<br>ホキの味噌漬け焼き<br>オクラの昆布和え<br>清し汁(わかめ・ねぎ)      | 米飯<br>豆腐の卵きのこあんかけ<br>小松菜の柚子和え<br>はくさいの炒め物<br>味噌汁(さつまいも・ねぎ)      | 茄子の揚げ浸し      |
| 9/6<br>(水)  | 米飯<br>じゃがいものソテー<br>オニオンサラダ          | 米飯<br>鶏肉のトウチジャン炒め<br>もやしの香味和え<br>味噌汁(えのき・ねぎ)    | サラダ散らし<br>ピーマンのソテー<br>なめこのおろし和え<br>味噌汁(里芋・ねぎ)                   | ミニお好み焼き      |
| 9/7<br>(木)  | 米飯<br>茄子のミートソース煮<br>カリフラワーのサラダ      | 米飯<br>カレイのレモンペッパー焼き<br>チンゲン菜の炒め物<br>コンソメスープ     | 米飯<br>とんかつ<br>オクラのかき醤油和え<br>ひじきの煮物<br>味噌汁(しめじ・ねぎ)               | 金平ごぼう        |
| 9/8<br>(金)  | 米飯<br>ベーコンエッグ<br>フロッコリーのクリーム煮       | 米飯<br>しまほっけの塩麹焼き<br>きゅうりのゆかり和え<br>味噌汁(大根・ねぎ)    | 米飯<br>豚肉の炒め物<br>春菊のお浸し<br>かぼちゃの煮物<br>清し汁(そうめん・ねぎ)               | 野菜コロッケ       |
| 9/9<br>(土)  | 米飯<br>ほうれん草のソテー<br>カリフラワーのドレッシング 和え | 米飯<br>◆うどんすき風<br>たこ焼き<br>デザート(黄桃缶)              | 米飯<br>白身魚の揚げ浸し<br>チンゲン菜のピーナツ和え<br>卵の花<br>味噌汁(椎茸・ねぎ)             | しろなの和え物      |
| 9/10<br>(日) | 米飯<br>ハムエッグ<br>ピーマンのソテー             | 米飯<br>豚肉と野菜の炊き合わせ<br>長芋のしぼ漬け和え<br>味噌汁(えのき・ねぎ)   | 米飯<br>グリルチキンバルサミコソース<br>海藻サラダ<br>豆腐のナゲット<br>コンソメスープ             | れんこんの炒め物     |
| 9/11<br>(月) | 米飯<br>肉団子のコンソメ煮<br>きゅうりのドレッシング 和え   | 米飯<br>鮭じゃが<br>小松菜のお浸し<br>味噌汁(あおさ)               | 米飯<br>牛肉のおろしソース炒め<br>しろなの香味和え<br>ねぎ焼き<br>味噌汁(わかめ・ねぎ)            | 冷奴           |
| 9/12<br>(火) | 米飯<br>スクランブルエッグ<br>ほうれん草の炒め物        | 米飯<br>海老フライ<br>ナポリタン<br>コンソメスープ                 | 中華風炊き込みご飯<br>水きょうざ<br>もやしの中華和え<br>きゅうりのザーサイ和え                   | カリフラワーの甘酢和え  |
| 9/13<br>(水) | 米飯<br>フロッコリーのソテー<br>ビーンズサラダ         | 米飯<br>親子とじ(鶏)<br>いんげんの胡麻和え<br>味噌汁(油揚げ・ねぎ)       | 米飯<br>鯛の幽庵焼き<br>春菊の磯辺和え<br>さつまいもの煮物<br>清し汁(しめじ・ねぎ)              | 焼き茄子         |
| 9/14<br>(木) | 米飯<br>こほうサラダ<br>じゃこピーマン             | 米飯<br>寄せ鍋(豚)<br>チンゲン菜のお浸し<br>味噌汁(なめこ・ねぎ)        | 米飯<br>ホキの西京焼き<br>大根のかにか棒あんかけ<br>スナッフえんどうのおかか和え<br>清し汁(トロロ昆布・ねぎ) | いとこ煮         |
| 9/15<br>(金) | 米飯<br>ジャーマンポテト<br>ほうれん草のソテー         | 米飯<br>麻婆春雨(C-8お仏入)<br>もやしのナムル<br>生姜スープ          | 米飯<br>あじのなめろうフライ<br>フロッコリーのこま和え<br>大豆桜えび<br>味噌汁(わかめ・ねぎ)         | 蒸ししゅうまい      |

# 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<br>デザート  |
|-------------|-------------------------------------|--|---|-------------|
| 9/16<br>(土) | 米飯<br>鶏野菜きのこ玉子焼き<br>カリフラワーのドレッシング和え | 米飯<br>さばの塩麹焼き<br>塩だれきゅうり<br>味噌汁(はくさい)            | 米飯<br>芋子煮(牛)<br>しゅうなのからし和え<br>ピーマンの甘辛炒め<br>味噌汁(あおさ)             | ひじきの煮物      |
| 9/17<br>(日) | 米飯<br>いんげんの炒め物<br>玉ねぎのボン酢和え         | 米飯<br>鶏肉の唐揚げ<br>春菊のピーナツ和え<br>味噌汁(油揚げ・ねぎ)         | 米飯<br>ポークチャップ<br>春雨サラダ<br>加子の甘辛炒め<br>コンソメスープ                    | 大根の煮物       |
| 9/18<br>(月) | 米飯<br>ベーコンエッグ<br>スナッフえんどうのソテー       | 米飯<br>しまほっけの塩焼き<br>オクラの昆布和え<br>味噌汁(えのぎ・ねぎ)       | 赤飯<br>秋の筑前煮(鶏)<br>うさぎ<br>清し汁(豆腐・ねぎ)                             | れんこん金平      |
| 9/19<br>(火) | 米飯<br>加子のミートソース煮<br>じゃこピーマン         | 米飯<br>姫路おでん<br>もずく和え<br>味噌汁(椎茸・ねぎ)               | 米飯<br>白身魚の南蛮漬け<br>カリフラワーのソテー<br>ほうれん草の香味和え<br>味噌汁(里芋・ねぎ)        | はくさいの炒め物    |
| 9/20<br>(水) | 米飯<br>スクランブルエッグ<br>オニオンサラダ          | 米飯<br>カレイの酒粕焼き<br>スナッフえんどうの梅肉和え<br>清し汁(トロロ昆布・ねぎ) | 米飯<br>豚肉の生姜炒め<br>こぼろのすんだ和え<br>揚げない大葉いも<br>味噌汁(あおさ)              | 高野豆腐の煮物     |
| 9/21<br>(木) | 米飯<br>肉団子のコンソメ煮<br>チンゲン菜のソテー        | 米飯<br>◆豆乳担々麺<br>長芋のしほ漬け和え<br>デザート(白桃缶)           | 米飯<br>鶏肉のオレンジマーマレード焼き<br>ポテトサラダ<br>フロッコリーの炒め物<br>オードブル入りミネストローネ | ねぎ焼き        |
| 9/22<br>(金) | 米飯<br>ハムエッグ<br>こぼろの炒め煮              | ボークカレーライス<br>チーズサラダ<br>デザート(パイン缶)                | 米飯<br>タラと野菜のごまだれかけ<br>ほうれん草のきなこと味噌和え<br>茄子の揚げ浸し<br>清し汁(そうめん・ねぎ) | きのこソテー      |
| 9/23<br>(土) | 米飯<br>コールスローサラダ<br>スナッフえんどうのソテー     | 米飯<br>牛肉コロッケ<br>小松菜とたくあん炒め物<br>清し汁(トロロ昆布・ねぎ)     | 米飯<br>赤魚の幽庵焼き<br>オクラのかき醤油和え<br>かぼちゃの煮物<br>味噌汁(油揚げ・ねぎ)           | パプリカのピクルス   |
| 9/24<br>(日) | 米飯<br>卵とじ<br>きゅうりのサラダ               | 米飯<br>いかと厚揚げのチリソースかけ<br>ねぎ焼き<br>中華スープ            | 米飯<br>さわらの胡麻照り焼き<br>春菊のおかか和え<br>大豆の煮物<br>味噌汁(玉ねぎ・人参)            | キャベツのザーサイ和え |
| 9/25<br>(月) | 米飯<br>ピーマンのソテー<br>れんこんサラダ           | 米飯<br>鮭のムニエル<br>フロッコリーの粒マサド 和え<br>コンソメスープ        | 米飯<br>カリバタチキン<br>いんげんのピーナツ和え<br>ひじきの煮物<br>味噌汁(あおさ)              | 豆腐のナゲット     |
| 9/26<br>(火) | 米飯<br>チキンボールのコンソメ煮<br>オニオンサラダ       | 米飯<br>豚肉の甘辛炒め<br>きゅうりの浅漬け<br>味噌汁(わかめ・ねぎ)         | 米飯<br>ぶりの煮つけ<br>春雨のたらこ和え<br>チンゲン菜の炒め物<br>味噌汁(しめじ・ねぎ)            | 卵の花         |
| 9/27<br>(水) | 米飯<br>ビーンズサラダ<br>小松菜のソテー            | 米飯<br>焼きそば<br>しゅうなのからし和え<br>味噌汁(椎茸・ねぎ)           | 米飯<br>鶏肉の酒粕焼き<br>もずく和え<br>野菜コロッケ<br>清し汁(豆腐・ねぎ)                  | 大根の煮物       |
| 9/28<br>(木) | 米飯<br>スクランブルエッグ<br>カリフラワーの炒め物       | 米飯<br>鯛の塩麹焼き<br>オクラの昆布和え<br>味噌汁(玉ねぎ・人参)          | 米飯<br>すぎ焼き(牛)<br>きゅうりとかに棒の酢の物<br>さつまいもの煮物<br>味噌汁(えのぎ・ねぎ)        | 和風スパゲティ     |
| 9/29<br>(金) | 米飯<br>温野菜サラダ<br>ほうれん草の炒め物           | そぼろ丼<br>大根のピクルス<br>清し汁(わかめ・ねぎ)                   | 米飯<br>さばの煮つけ<br>いんげんのお浸し<br>金平ごぼう<br>味噌汁(あおさ)                   | じゃがいものソテー   |
| 9/30<br>(土) | 米飯<br>ウィンナーのコンソメ煮<br>じゃこピーマン        | 米飯<br>豚肉の照りマヨ生姜炒め<br>春菊のお浸し<br>味噌汁(なめこ・ねぎ)       | 米飯<br>白身魚の磯辺揚げ<br>タッ えんどうのおかか和え<br>長芋の醤油炒め<br>味噌汁(小松菜)          | 茄子の煮物       |

## ＜献立表＞

現場：デリケア㈱茨木工場

献立種類：食材（通常／A／禁止食）

年月日：2023年9月1日（金）～ 2023年9月7日（木）

|     | 金<br>1                    | 土<br>2                    | 日<br>3                    | 月<br>4                    | 火<br>5                    | 水<br>6                    | 木<br>7                    |
|-----|---------------------------|---------------------------|---------------------------|---------------------------|---------------------------|---------------------------|---------------------------|
| 朝食  | 米飯                        | 米飯                        | 米飯                        | 米飯                        | 米飯                        | 米飯                        | 米飯                        |
|     | チキンボールのクリーム煮              | かぼちゃサラダ                   | 肉団子のコンソメ煮                 | しろなの炒め物                   | 温野菜サラダ                    | じゃがいものソテー                 | 茄子のミートソース煮                |
|     | チンゲン菜のソテー                 | れんこんの炒め煮                  | カリフラワーのソテー                | ビーンズサラダ                   | スナッパえんどうのソテー              | オニオンサラダ                   | カリフラワーのサラダ                |
|     | エネルギー 353 kcal 蛋白質 9.1 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 | エネルギー 368 kcal 蛋白質 9.3 g  | エネルギー 348 kcal 蛋白質 7.6 g  | エネルギー 370 kcal 蛋白質 7.8 g  | エネルギー 327 kcal 蛋白質 8.3 g  |
|     | 食塩 1.7 g                  | 食塩 0.7 g                  | 食塩 1.2 g                  | 食塩 1 g                    | 食塩 0.6 g                  | 食塩 0.9 g                  | 食塩 0.6 g                  |
| 昼食  | 米飯                        | 米飯                        | 米飯                        | キーマカレー                    | 米飯                        | 米飯                        | 米飯                        |
|     | メバルの南部焼き                  | タラのトマトソースかけ               | 八宝菜(豚)                    | ブロッコリーのサラダ                | ホキの味噌漬け焼き                 | 鶏肉のトウチジャン炒め               | カレイのレモンペッパー焼き             |
|     | しろなのお浸し                   | パプリカのバルサミコ酢マリネ            | 蒸ししゅうまい                   | デザート(みかん缶)                | 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                 |
|     | 味噌汁(わかめ・ねぎ)               | きのこポタージュ                  | 中華スープ                     |                           | 清し汁(わかめ・ねぎ)               | 味噌汁(えのき・ねぎ)               | コンソメスープ                   |
|     | エネルギー 437 kcal 蛋白質 19.9 g | エネルギー 477 kcal 蛋白質 18.1 g | エネルギー 451 kcal 蛋白質 18.1 g | エネルギー 717 kcal 蛋白質 20.3 g | エネルギー 404 kcal 蛋白質 18.6 g | エネルギー 572 kcal 蛋白質 22.0 g | エネルギー 437 kcal 蛋白質 20.7 g |
|     | 食塩 2.4 g                  | 食塩 3.4 g                  | 食塩 3.5 g                  | 食塩 3.7 g                  | 食塩 2.9 g                  | 食塩 3.6 g                  | 食塩 2.9 g                  |
| 夕食  | 米飯                        | 米飯                        | 米飯                        | 米飯                        | 米飯                        | サラダ散らし                    | 米飯                        |
|     | ミンチカツ                     | 牛肉のオスターソース炒め              | 赤魚の照り焼き                   | 豚肉と大根の胡麻味噌炒め              | 豆腐の卵きのこあんかけ               | ピーマンのソテー                  | とんかつ                      |
|     | スナッパえんどうのソテー              | 小松菜のお浸し                   | もずく和え                     | ほうれん草の磯辺和え                | 小松菜の柚子和え                  | なめこのおろし和え                 | オクラのかき醤油和え                |
|     | 厚揚げと大根の煮物                 | 茄子の煮物                     | 長芋の醤油炒め                   | 里芋のそぼろ煮                   | はくさいの炒め物                  | 味噌汁(里芋・ねぎ)                | ひじきの煮物                    |
|     | コンソメスープ                   | 味噌汁(えのき・ねぎ)               | 味噌汁(なめこ・ねぎ)               | 清し汁(トロロ昆布・ねぎ)             | 味噌汁(さつまいも・ねぎ)             |                           | 味噌汁(しめじ・ねぎ)               |
|     | エネルギー 666 kcal 蛋白質 17.9 g | エネルギー 600 kcal 蛋白質 23.5 g | エネルギー 473 kcal 蛋白質 20.9 g | エネルギー 551 kcal 蛋白質 27.2 g | エネルギー 573 kcal 蛋白質 23.8 g | エネルギー 496 kcal 蛋白質 14.1 g | エネルギー 610 kcal 蛋白質 17.8 g |
|     | 食塩 3.2 g                  | 食塩 4.3 g                  | 食塩 3.2 g                  | 食塩 3.9 g                  | 食塩 4.5 g                  | 食塩 3.9 g                  | 食塩 3.7 g                  |
| 単品小 | 焼き餃子                      | もやしのガーリックソテー              | いんげんの中華和え                 | キャベツのソテー                  | 茄子の揚げ浸し                   | ミニお好み焼き                   | 金平ごぼう                     |
|     | エネルギー 57 kcal 蛋白質 2.3 g   | エネルギー 58 kcal 蛋白質 3.6 g   | エネルギー 45 kcal 蛋白質 2.0 g   | エネルギー 72 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   |
|     | 食塩 0.3 g                  | 食塩 0.5 g                  | 食塩 0.7 g                  | 食塩 0.5 g                  | 食塩 0.4 g                  | 食塩 0.5 g                  | 食塩 0.4 g                  |

## ＜献立表＞

現場：デリケア㈱茨木工場

献立種類：食材(通常／A／禁止食)

年月日：2023年9月8日(金)～2023年9月14日(木)

|     | 金<br>8                    | 土<br>9                    | 日<br>10                   | 月<br>11                   | 火<br>12                   | 水<br>13                   | 木<br>14                   |
|-----|---------------------------|---------------------------|---------------------------|---------------------------|---------------------------|---------------------------|---------------------------|
| 朝食  | 米飯                        | 米飯                        | 米飯                        | 米飯                        | 米飯                        | 米飯                        | 米飯                        |
|     | ベーコンエッグ                   | ほうれん草のソテー                 | ハムエッグ                     | 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                    |
|     | ブロッコリーのクリーム煮              | カリフラワーのﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ和え         | ピーマンのソテー                  | きゅうりのﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ和え           | ほうれん草の炒め物                 | ビーンズサラダ                   | じゃこピーマン                   |
|     | エネルギー 408 kcal 蛋白質 15.0 g | エネルギー 363 kcal 蛋白質 9.4 g  | エネルギー 418 kcal 蛋白質 13.7 g | エネルギー 382 kcal 蛋白質 10.6 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 350 kcal 蛋白質 8.2 g  |
|     | 食塩 1.2 g                  | 食塩 0.9 g                  | 食塩 0.8 g                  | 食塩 1.1 g                  | 食塩 0.9 g                  | 食塩 0.8 g                  | 食塩 0.8 g                  |
| 昼食  | 米飯                        | 米飯                        | 米飯                        | 米飯                        | 米飯                        | 米飯                        | 米飯                        |
|     | しまほっけの塩麹焼き                | ◆うどんすき風                   | 豚肉と野菜の炊き合わせ               | 鮭じゃが                      | 海老フライ                     | 親子とじ(鶏)                   | 寄せ鍋(豚)                    |
|     | きゅうりのゆかり和え                | たこ焼き                      | 長芋のしば漬け和え                 | 小松菜のお浸し                   | ナポリタン                     | いんげんの胡麻和え                 | チンゲン菜のお浸し                 |
|     | 味噌汁(大根・ねぎ)                | デザート(黄桃缶)                 | 味噌汁(えのき・ねぎ)               | 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)               |
|     | エネルギー 357 kcal 蛋白質 18.2 g | エネルギー 550 kcal 蛋白質 16.8 g | エネルギー 427 kcal 蛋白質 18.5 g | エネルギー 475 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 438 kcal 蛋白質 21.0 g |
|     | 食塩 2.0 g                  | 食塩 3.6 g                  | 食塩 2.2 g                  | 食塩 2.7 g                  | 食塩 2.7 g                  | 食塩 3.7 g                  | 食塩 3.8 g                  |
| 夕食  | 米飯                        | 米飯                        | 米飯                        | 米飯                        | 中華風炊き込みご飯                 | 米飯                        | 米飯                        |
|     | 豚肉の炒め物                    | 白身魚の揚げ浸し                  | グリルチキンバルサミコソース            | 牛肉のおろしソース炒め               | 水ぎょうざ                     | 鯛の幽庵焼き                    | ホキの西京焼き                   |
|     | 春菊のお浸し                    | チンゲン菜のピーナツ和え              | 海藻サラダ                     | しろなの香味和え                  | もやしの中華和え                  | 春菊の磯辺和え                   | 大根のかに棒あんかけ                |
|     | かぼちゃの煮物                   | 卵の花                       | 豆腐のナゲット                   | ねぎ焼き                      | きゅうりのザーサイ和え               | さつまいもの煮物                  | ｽﾅｯﾌﾟえんどうのおかか和え           |
|     | 清し汁(そうめん・ねぎ)              | 味噌汁(椎茸・ねぎ)                | コーンスープ                    | 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)             |
|     | エネルギー 600 kcal 蛋白質 26.0 g | エネルギー 577 kcal 蛋白質 21.5 g | エネルギー 730 kcal 蛋白質 26.3 g | エネルギー 594 kcal 蛋白質 21.9 g | エネルギー 520 kcal 蛋白質 20.7 g | エネルギー 448 kcal 蛋白質 20.4 g | エネルギー 450 kcal 蛋白質 20.6 g |
|     | 食塩 3.2 g                  | 食塩 2.8 g                  | 食塩 3.8 g                  | 食塩 4.3 g                  | 食塩 6.2 g                  | 食塩 3.4 g                  | 食塩 3.9 g                  |
| 単品小 | 野菜コロッケ                    | しろなの和え物                   | れんこんの炒め物                  | 冷奴                        | カリフラワーの甘酢和え               | 焼き茄子                      | いとこ煮                      |
|     | エネルギー 70 kcal 蛋白質 1.1 g   | エネルギー 29 kcal 蛋白質 1.6 g   | エネルギー 83 kcal 蛋白質 1.7 g   | エネルギー 27 kcal 蛋白質 2.3 g   | エネルギー 51 kcal 蛋白質 1.9 g   | エネルギー 16 kcal 蛋白質 0.8 g   | エネルギー 84 kcal 蛋白質 2.0 g   |
|     | 食塩 0.2 g                  | 食塩 0.8 g                  | 食塩 0.6 g                  | 食塩 0.4 g                  | 食塩 0.6 g                  | 食塩 0.4 g                  | 食塩 0.5 g                  |

## ＜献立表＞

現場       ： デリケア(株)茨木工場

献立種類： 食材(通常／A／禁止食)

年月日    ： 2023年9月15日（金）～ 2023年9月21日（木）

|     | 金<br>15                                 | 土<br>16                                 | 日<br>17                                 | 月<br>18                                 | 火<br>19                                 | 水<br>20                                 | 木<br>21                                 |
|-----|---|---|---|---|---|---|---|
| 朝食  | 米飯                                      | 米飯                                      | 米飯                                      | 米飯                                      | 米飯                                      | 米飯                                      | 米飯                                      |
|     | ジャーマンポテト                                | 鶏野菜きのこ玉子焼き                              | いんげんの炒め物                                | ベーコンエッグ                                 | 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                               |
|     | 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                               | 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                               |
|     | 1人1杯 <sup>*</sup> - 333 kcal 蛋白質 7.6 g  | 1人1杯 <sup>*</sup> - 331 kcal 蛋白質 9.2 g  | 1人1杯 <sup>*</sup> - 312 kcal 蛋白質 6.7 g  | 1人1杯 <sup>*</sup> - 432 kcal 蛋白質 14.3 g | 1人1杯 <sup>*</sup> - 322 kcal 蛋白質 7.6 g  | 1人1杯 <sup>*</sup> - 424 kcal 蛋白質 13.6 g | 1人1杯 <sup>*</sup> - 360 kcal 蛋白質 9.6 g  |
|     | 食塩 1.0 g                                | 食塩 0.9 g                                | 食塩 1.2 g                                | 食塩 0.8 g                                | 食塩 0.9 g                                | 食塩 0.7 g                                | 食塩 1.3 g                                |
| 昼食  | 米飯                                      | 米飯                                      | 米飯                                      | 米飯                                      | 米飯                                      | 米飯                                      | 米飯                                      |
|     | 麻婆春雨(0-8才1人入)                           | さばの塩麹焼き                                 | 鶏肉の唐揚げ                                  | しまほっけの塩焼き                               | 姫路おでん                                   | カレイの酒粕焼き                                | ◆豆乳担々麺                                  |
|     | もやしのナムル                                 | 塩だれきゅうり                                 | 春菊のピーナツ和え                               | 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                               |
|     | 生姜スープ                                   | 味噌汁(はくさい)                               | 味噌汁(油揚げ・ねぎ)                             | 味噌汁(えのき・ねぎ)                             | 味噌汁(椎茸・ねぎ)                              | 清し汁(トロロ昆布・ねぎ)                           | デザート(白桃缶)                               |
|     | 1人1杯 <sup>*</sup> - 516 kcal 蛋白質 15.5 g | 1人1杯 <sup>*</sup> - 466 kcal 蛋白質 22.8 g | 1人1杯 <sup>*</sup> - 602 kcal 蛋白質 25.3 g | 1人1杯 <sup>*</sup> - 380 kcal 蛋白質 17.6 g | 1人1杯 <sup>*</sup> - 405 kcal 蛋白質 16.0 g | 1人1杯 <sup>*</sup> - 370 kcal 蛋白質 22.1 g | 1人1杯 <sup>*</sup> - 733 kcal 蛋白質 24.6 g |
| 夕食  | 米飯                                      | 米飯                                      | 米飯                                      | 赤飯                                      | 米飯                                      | 米飯                                      | 米飯                                      |
|     | あじのなめろうフライ                              | 芋子煮(牛)                                  | ポークチャップ                                 | 秋の筑前煮(鶏)                                | 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                         |
|     | 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                                   | うざく                                     | カリフラワーのソテー                              | ごぼうのずんだ和え                               | ポテトサラダ                                  |
|     | 大豆桜えび                                   | ピーマンの甘辛炒め                               | 茄子の甘辛炒め                                 | 清し汁(豆腐・ねぎ)                              | ほうれん草の香味和え                              | 揚げない大学いも                                | ブロッコリーの炒め物                              |
|     | 味噌汁(わかめ・ねぎ)                             | 味噌汁(あおさ)                                | コンソメスープ                                 |   | 味噌汁(里芋・ねぎ)                              | 味噌汁(あおさ)                                | オートミール入りミネストローネ                         |
| 単品小 | 1人1杯 <sup>*</sup> - 515 kcal 蛋白質 20.7 g | 1人1杯 <sup>*</sup> - 579 kcal 蛋白質 19.7 g | 1人1杯 <sup>*</sup> - 642 kcal 蛋白質 23.5 g | 1人1杯 <sup>*</sup> - 618 kcal 蛋白質 26.1 g | 1人1杯 <sup>*</sup> - 575 kcal 蛋白質 23.8 g | 1人1杯 <sup>*</sup> - 656 kcal 蛋白質 24.0 g | 1人1杯 <sup>*</sup> - 779 kcal 蛋白質 28.7 g |
|     | 食塩 3.0 g                                | 食塩 3.9 g                                | 食塩 3.1 g                                | 食塩 3.9 g                                | 食塩 3.6 g                                | 食塩 2.7 g                                | 食塩 4.3 g                                |
|     | 蒸ししゅうまい                                 | ひじきの煮物                                  | 大根の煮物                                   | れんこん金平                                  | はくさいの炒め物                                | 高野豆腐の煮物                                 | ねぎ焼き                                    |
|     | 1人1杯 <sup>*</sup> - 82 kcal 蛋白質 1.6 g   | 1人1杯 <sup>*</sup> - 59 kcal 蛋白質 2.3 g   | 1人1杯 <sup>*</sup> - 27 kcal 蛋白質 0.8 g   | 1人1杯 <sup>*</sup> - 81 kcal 蛋白質 1.5 g   | 1人1杯 <sup>*</sup> - 47 kcal 蛋白質 2.5 g   | 1人1杯 <sup>*</sup> - 49 kcal 蛋白質 3.0 g   | 1人1杯 <sup>*</sup> - 36 kcal 蛋白質 1.7 g   |
|     | 食塩 0.4 g                                | 食塩 0.8 g                                | 食塩 0.3 g                                | 食塩 0.5 g                                | 食塩 0.4 g                                | 食塩 0.7 g                                | 食塩 0.7 g                                |

<献立表>

現場：デリケア㈱茨木工場  
献立種類：食材(通常／A／禁止食)  
年月日：2023年9月22日(金)～2023年9月28日(木)

|     | 金<br>22                   | 土<br>23                   | 日<br>24                   | 月<br>25                   | 火<br>26                   | 水<br>27                   | 木<br>28                   |
|-----|---------------------------|---------------------------|---------------------------|---------------------------|---------------------------|---------------------------|---------------------------|
| 朝食  | 米飯                        | 米飯                        | 米飯                        | 米飯                        | 米飯                        | 米飯                        | 米飯                        |
|     | ハムエッグ                     | コールスローサラダ                 | 卵とじ                       | ピーマンのソテー                  | チキンボールのコンソメ煮              | ビーンズサラダ                   | スクランブルエッグ                 |
|     | ごぼうの炒め煮                   | スナッペンどうのソテー               | きゅうりのサラダ                  | れんこんサラダ                   | オニオンサラダ                   | 小松菜のソテー                   | カリフラワーの炒め物                |
|     | エネルギー 436 kcal 蛋白質 14.3 g | エネルギー 410 kcal 蛋白質 8.9 g  | エネルギー 407 kcal 蛋白質 13.7 g | エネルギー 347 kcal 蛋白質 6.0 g  | エネルギー 370 kcal 蛋白質 9.2 g  | エネルギー 373 kcal 蛋白質 8.5 g  | エネルギー 412 kcal 蛋白質 15.3 g |
|     | 食塩 0.8 g                  | 食塩 1.0 g                  | 食塩 0.9 g                  | 食塩 0.6 g                  | 食塩 1.3 g                  | 食塩 0.8 g                  | 食塩 1.0 g                  |
| 昼食  | ポークカレーライス                 | 米飯                        | 米飯                        | 米飯                        | 米飯                        | 米飯                        | 米飯                        |
|     | チーズサラダ                    | 牛肉コロッケ                    | いかと厚揚げのチリソースかけ            | 鮭のムニエル                    | 豚肉の甘辛炒め                   | 焼きそば                      | 鯛の塩麹焼き                    |
|     | デザート(パイ缶)                 | 小松菜とたくあんの炒め物              | ねぎ焼き                      | ブロッコリーの粒マスタード和え           | きゅうりの浅漬け                  | しろなのからし和え                 | オクラの昆布和え                  |
|     |                           | 清し汁(トロロ昆布・ねぎ)             | 中華スープ                     | コンソメスープ                   | 味噌汁(わかめ・ねぎ)               | 味噌汁(椎茸・ねぎ)                | 味噌汁(玉ねぎ・人参)               |
|     | エネルギー 662 kcal 蛋白質 20.1 g | エネルギー 535 kcal 蛋白質 11.8 g | エネルギー 533 kcal 蛋白質 24.7 g | エネルギー 480 kcal 蛋白質 21.5 g | エネルギー 542 kcal 蛋白質 21.9 g | エネルギー 566 kcal 蛋白質 18.2 g | エネルギー 342 kcal 蛋白質 17.1 g |
| 夕食  | 米飯                        | 米飯                        | 米飯                        | 米飯                        | 米飯                        | 米飯                        | 米飯                        |
|     | タラと野菜のごまだれかけ              | 赤魚の幽庵焼き                   | さわらの胡麻照り焼き                | ガリバタチキン                   | ぶりの煮つけ                    | 鶏肉の酒粕焼き                   | すき焼き(牛)                   |
|     | 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                  | いんげんのピーナツ和え               | 春雨のたらこ和え                  | もずく和え                     | きゅうりとかに棒の酢の物              |
|     | 茄子の揚げ浸し                   | かぼちゃの煮物                   | 大豆の煮物                     | ひじきの煮物                    | チンゲン菜の炒め物                 | 野菜コロッケ                    | さつまいもの煮物                  |
|     | 清し汁(そうめん・ねぎ)              | 味噌汁(油揚げ・ねぎ)               | 味噌汁(玉ねぎ・人参)               | 味噌汁(あおさ)                  | 味噌汁(しめじ・ねぎ)               | 清し汁(豆腐・ねぎ)                | 味噌汁(えのき・ねぎ)               |
| 単品小 | エネルギー 499 kcal 蛋白質 22.7 g | エネルギー 472 kcal 蛋白質 21.8 g | エネルギー 558 kcal 蛋白質 28.7 g | エネルギー 538 kcal 蛋白質 21.3 g | エネルギー 712 kcal 蛋白質 26.0 g | エネルギー 606 kcal 蛋白質 25.8 g | エネルギー 649 kcal 蛋白質 20.5 g |
|     | 食塩 2.9 g                  | 食塩 3.3 g                  | 食塩 3.2 g                  | 食塩 3.6 g                  | 食塩 4.5 g                  | 食塩 4.0 g                  | 食塩 4.2 g                  |
|     | 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               | 豆腐のナゲット                   | 卵の花                       | 大根の煮物                     | 和風スパゲティ                   |
|     | エネルギー 72 kcal 蛋白質 2.6 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   | エネルギー 118 kcal 蛋白質 2.5 g  | エネルギー 68 kcal 蛋白質 2.0 g   | エネルギー 38 kcal 蛋白質 1.7 g   | エネルギー 63 kcal 蛋白質 2.4 g   |
|     | 食塩 0.5 g                  | 食塩 0.6 g                  | 食塩 1.4 g                  | 食塩 0.4 g                  | 食塩 0.7 g                  | 食塩 0.5 g                  | 食塩 0.4 g                  |

<献立表>

現場：デリケア(株)茨木工場  
献立種類：食材(通常／A／禁止食)  
年月日：2023年9月29日(金)～2023年10月5日(木)

|     | 金<br>29                   | 土<br>30                   |  |  |  |  |  |
|-----|---------------------------|---------------------------|--|--|--|--|--|
| 朝食  | 米飯                        | 米飯                        |  |  |  |  |  |
|     | 温野菜サラダ                    | ウインナーのコンソメ煮               |  |  |  |  |  |
|     | ほうれん草の炒め物                 | じゃこピーマン                   |  |  |  |  |  |
|     | エネルギー 314 kcal 蛋白質 7.8 g  | エネルギー 335 kcal 蛋白質 8.2 g  |  |  |  |  |  |
|     | 食塩 0.8 g                  | 食塩 1.0 g                  |  |  |  |  |  |
| 昼食  | そばろ丼                      | 米飯                        |  |  |  |  |  |
|     | 大根のピクルス                   | 豚肉の照りマヨ生姜炒め               |  |  |  |  |  |
|     | 清し汁(わかめ・ねぎ)               | 春菊のお浸し                    |  |  |  |  |  |
|     |                           | 味噌汁(なめこ・ねぎ)               |  |  |  |  |  |
|     | 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 |  |  |  |  |  |
| 夕食  | 米飯                        | 米飯                        |  |  |  |  |  |
|     | さばの煮つけ                    | 白身魚の磯辺揚げ                  |  |  |  |  |  |
|     | いんげんのお浸し                  | ｽｯﾌﾟ えんどうのおかか和え           |  |  |  |  |  |
|     | 金平ごぼう                     | 長芋の醤油炒め                   |  |  |  |  |  |
|     | 味噌汁(あおさ)                  | 味噌汁(小松菜)                  |  |  |  |  |  |
| 単品小 | エネルギー 587 kcal 蛋白質 25.7 g | エネルギー 597 kcal 蛋白質 23.4 g |  |  |  |  |  |
|     | 食塩 4.4 g                  | 食塩 2.3 g                  |  |  |  |  |  |
|     | じゃがいものソテー                 | 茄子の煮物                     |  |  |  |  |  |
|     | エネルギー 72 kcal 蛋白質 1.5 g   | エネルギー 25 kcal 蛋白質 1.0 g   |  |  |  |  |  |
|     | 食塩 0.4 g                  | 食塩 0.4 g                  |  |  |  |  |  |