

月間献立予定表（惣菜）

デリケア(株)茨木工場

日付	朝食	昼食	夕食	小鉢 デザート
1/1 (月)	米飯 厚焼き卵 もち麩入り雑煮(味噌)	赤飯 赤魚の照り焼き 数の子 味噌汁(なめこ・ねぎ)	米飯 角煮と野菜の炊き合わせ きゅうりとかに棒の酢の物 きんぴら 清し汁(そうめん・みつば)	花こうやの含め煮 カスタードシュークリーム
1/2 (火)	米飯 伊達巻と昆布巻きの盛り合わせ もち麩入り雑煮(清し汁)	散らし寿司 お煮しめ 味噌汁(あおさ)	米飯 カレイの西京焼き 大根なます 竹の子の土佐煮 清し汁(椎茸・ねぎ)	春菊のごま和え チョコクリームブッセ
1/3 (水)	米飯 スナッフえんどうのソテー キャベツのドレッシング和え	米飯 豚肉のフォー 人参しりしり デザート(パイン缶)	米飯 木の葉とじ オクラの和え物 かぶの煮物 味噌汁(じゃがいも・ねぎ)	茄子のマリネ 米粉のケーキ(メープル)
1/4 (木)	米飯 玉ねぎのボン酢和え ピーマンのソテー	米飯 ぶり大根 春菊のお浸し 清し汁(竹の子・ねぎ)	米飯 コロッケ カリフラワーのチーズ和え 金平ごぼう 味噌汁(椎茸・ねぎ)	長芋の甘辛炒め どら焼き(ずんだ)
1/5 (金)	米飯 卵とじ いんげんのソテー	米飯 豚肉の炒め物 ブロッコリーの香味和え 味噌汁(しめじ・ねぎ)	米飯 メバルの照り焼き もずく和え あさりの時雨煮 味噌汁(わかめ・ねぎ)	いとこ煮 オレンジゼリー
1/6 (土)	米飯 きのこソテー 温野菜サラダ	米飯 白身魚フライ 海老芋の生姜あんかけ 味噌汁(えのき・ねぎ)	米飯 クリルチキンバルサミソース きゅうりとツナの和え物 ほうれん草のガーリック炒め コンソメスープ	チンゲン菜の胡麻和え チョコレートムース
1/7 (日)	米飯 ベーコンエッグ マカロニサラダ	米飯 肉じゃが(牛) ねぎ焼き 味噌汁(あおさ)	七草粥 さわらの南部焼き 春菊のおかか和え 粕汁	はくさいの煮浸し ピーチゼリー
1/8 (月)	米飯 茄子のミートソース煮 きゅうりのドレッシング和え	米飯 豆腐チャンフルー 小松菜とたくあんの炒め物 味噌汁(長芋・ねぎ)	米飯 鶏肉のカレー照り焼き 和風スパゲティ しるなの和え物 味噌汁(しめじ・ねぎ)	なめこのおろし和え 厚切りバウムクーヘン
1/9 (火)	米飯 ほうれん草のソテー ピーンスサラダ	米飯 おでん れんこん金平 味噌汁(里芋・ねぎ)	米飯 海鮮八宝菜 ブロッコリーの香味和え ピーマンの炒め物 わかめスープ	いんげんの胡麻和え ストロベリーゼリー
1/10 (水)	米飯 肉団子のコンソメ煮 キャベツのソテー	キーマカレー 茄子のマリネ デザート(みかん缶)	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(椎茸・ねぎ)	しろなの炒め物 青りんごゼリー
1/11 (木)	米飯 スクランブルエッグ スナッフえんどうのソテー	米飯 さばの味噌煮 いんげんの炒め物 清し汁(そうめん・ねぎ)	米飯 牛肉の甘辛炒め 小松菜の磯辺和え 煮奴 味噌汁(あおさ)	もやしのナムル チョコクリームブッセ
1/12 (金)	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 ほうれん草の中華和え 中華スープ	米飯 ホキの味噌漬け焼き きゅうりの昆布和え 白ネギときこの炒め物 清し汁(竹の子・ねぎ)	焼き餃子 水ようかん(抹茶)
1/13 (土)	米飯 小松菜のソテー オニオンサラダ	米飯 ◆塩焼きそば ひじきの煮物 味噌汁(しめじ・ねぎ)	米飯 あじのなめろうフライ チンゲン菜の香味和え 卵の花 味噌汁(長芋・ねぎ)	大根の浅漬け 2つのプチシュー
1/14 (日)	米飯 のり塩ポテト ウインナーのコンソメ煮	米飯 カリバタチキン オクラのお浸し 味噌汁(なめこ・ねぎ)	散らし寿司 ほうれん草の柚子和え さつまいもの煮物 清し汁(トロロ昆布・ねぎ)	たらこスパゲティ ドームケーキ(こしあん)
1/15 (月)	米飯 鶏野菜きのこ玉子焼き 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 タラのトマトソースかけ もずく和え カリフラワーのソテー 清し汁(そうめん・ねぎ)	ブロッコリーのおかか和え オレンジゼリー

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
1/16 (火)	米飯 かぼちゃサラダ ピーマンのソテー	米飯 肉団子のクリーム煮(C-8お仙入) 春雨のドレッシング和え デザート(黄桃缶)	米飯 ◆貝焼き味噌 いんげんのからし和え ◆けの汁 デザート(りんご)	じゃがいもの炒め煮 プリン
1/17 (水)	米飯 ヒヨコズサラダ ブロッコリーの炒め物	牛丼 もやしのナムル 味噌汁(椎茸・ねぎ)	米飯 鶏肉の天ぷら 春菊のピーナツ和え 里芋の煮っころかし 味噌汁(玉ねぎ・人参)	金平ごぼう はちみつレモンゼリー
1/18 (木)	米飯 スクランブルエッグ カリフラワーのソテー	米飯 赤魚の照り焼き きゅうりのゆかり和え 味噌汁(あおさ)	ひじきの炊き込みご飯 肉豆腐(豚) しゅうなの酢味噌和え 清し汁(竹の子・ねぎ)	人参しりしり 厚切りバウムクーヘン
1/19 (金)	米飯 マカロニサラダ ピーマンの炒め物	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 ピーチゼリー
1/20 (土)	米飯 チキンボールのコンソメ煮 スナッフえんどうの炒め物	カレーライス(牛) チーズサラダ デザート(パイン缶)	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)	キャベツのソテー どら焼き(カスタード)
1/21 (日)	米飯 ハムエッグ カリフラワーの炒め物	米飯 筑前煮(鶏) 大根のピクルス 味噌汁(はくさい)	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 コンソメスープ	蒸ししゅうまい チョコクリームブッセ
1/22 (月)	米飯 ヒヨコズサラダ ごぼうの炒め煮	米飯 鮭のちゃんちゃん焼き しゅうなの和え物 清し汁(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)	厚焼き卵 カスタードシュークリーム
1/23 (火)	米飯 加子のミートソース煮 カリフラワーのドレッシング和え	◆オムライス(クリームソース) ブロッコリーのソテー デザート(黄桃缶)	米飯 さばの塩焼き もずく和え じゃこピーマン 味噌汁(玉ねぎ・人参)	豆腐のナゲット オレンジゼリー
1/24 (水)	米飯 小松菜のソテー 玉ねぎのボン酢和え	米飯 いかとキャベツのオムライス炒め いんげんの昆布和え 味噌汁(あおさ)	米飯 鶏肉の唐揚げ チンゲン菜の胡麻和え きのこ金平 味噌汁(大根・ねぎ)	揚げない大学いも 水ようかん(こしあん)
1/25 (木)	米飯 かぼちゃサラダ ほうれん草のソテー	米飯 醤油ラーメン 醬油とちくわの炒め物 デザート(みかん缶)	米飯 豚バラと白菜の生姜あん スナッフえんどうの香味和え 肉まん はるさめスープ	きゅうりのゆかり和え プリン
1/26 (金)	米飯 ウィンナーのコンソメ煮 じゃがいものソテー	米飯 豆腐の卵きのこあんかけ チンゲン菜のナムル 味噌汁(キャベツ)	米飯 しまほっけの塩麹焼き カリフラワーのにーみスタード和え 茄子の煮物 清し汁(トロロ昆布・ねぎ)	ごぼうのそぼろ煮 厚切りバウムクーヘン
1/27 (土)	米飯 温野菜サラダ きのこソテー	米飯 ぶりの煮つけ しゅうなのお浸し 味噌汁(大根・ねぎ)	米飯 牛肉のカレー炒め オクラの和え物 卵の花 味噌汁(春菊)	れんこん金平 青りんごゼリー
1/28 (日)	米飯 マカロニサラダ ブロッコリーのソテー	照りたま丼(鶏) ほうれん草のかき醤油和え 味噌汁(里芋・ねぎ)	米飯 白身魚の香り揚げ はくさいの浅漬け ピーマンの炒め物 清し汁(そうめん・ねぎ)	ひじきの煮物 いちごシュークリーム
1/29 (月)	米飯 大根サラダ スナッフえんどうの炒め物	米飯 きつねうどん 小松菜のお浸し デザート(白桃缶)	米飯 豚肉のトウチジャン炒め いんげんのピーナツ和え ねぎ焼き 味噌汁(じゃがいも・ねぎ)	茄子の揚げ浸し どら焼き(こしあん)
1/30 (火)	米飯 チンゲン菜のソテー ヒヨコズサラダ	米飯 豆乳鍋(鶏) カリフラワーのピクルス 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 米粉のケーキ(メープル)
1/31 (水)	米飯 スクランブルエッグ いんげんの炒め物	米飯 ピ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 鶏団子の甘酢あん もずく和え 切干大根の煮物 味噌汁(なめこ・ねぎ)	がんもの煮物 チョコクリームブッセ

<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：2024年1月1日(月)～2024年1月7日(日)

	月 1	火 2	水 3	木 4	金 5	土 6	日 7
朝食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	厚焼き卵	伊達巻と昆布巻きの盛り合わせ	スナップえんどうのソテー	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
	もち麩入り雑煮(味噌)	もち麩入り雑煮(清し汁)	キャベツのドレッシング和え	ピーマンのソテー	いんげんのソテー	温野菜サラダ	マカロニサラダ
	エネルギー 400 kcal 蛋白質 13.8 g 脂質 8.2 g	エネルギー 338 kcal 蛋白質 9.8 g 脂質 2.7 g	エネルギー 372 kcal 蛋白質 8.7 g 脂質 10.5 g	エネルギー 322 kcal 蛋白質 7.9 g 脂質 4.0 g	エネルギー 397 kcal 蛋白質 13.5 g 脂質 10.2 g	エネルギー 336 kcal 蛋白質 6.8 g 脂質 8.0 g	エネルギー 476 kcal 蛋白質 13.9 g 脂質 18.6 g
昼食	赤飯	散らし寿司	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	赤魚の照り焼き	お煮しめ	豚肉のフォー	ぶり大根	豚肉の炒め物	白身魚フライ	肉じゃが(牛)
	数の子	味噌汁(あおさ)	人参しりしり	春菊のお浸し	ブロッコリーの香味和え	海老芋の生姜あんかけ	ねぎ焼き
	味噌汁(なめこ・ねぎ)		デザート(パイン缶)	清し汁(竹の子・ねぎ)	味噌汁(しめじ・ねぎ)	味噌汁(えのき・ねぎ)	味噌汁(あおさ)
	エネルギー 451 kcal 蛋白質 25.1 g 脂質 6.6 g	エネルギー 503 kcal 蛋白質 19.7 g 脂質 10.3 g	エネルギー 568 kcal 蛋白質 20.2 g 脂質 11.6 g	エネルギー 544 kcal 蛋白質 24.5 g 脂質 13.2 g	エネルギー 520 kcal 蛋白質 24.2 g 脂質 14.4 g	エネルギー 606 kcal 蛋白質 14.3 g 脂質 22.6 g	エネルギー 517 kcal 蛋白質 19.4 g 脂質 10.6 g
夕食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	七草粥
	角煮と野菜の炊き合わせ	カレイの西京焼き	木の葉とじ	コロッケ	メバルの照り焼き	グリルチキンバルサミコソース	さわらの南部焼き
	きゅうりとかに棒の酢の物	大根なます	オクラの和え物	カリフラワーのチーズ和え	もずく和え	きゅうりとツナの和え物	春菊のおかか和え
	きんとん	竹の子の土佐煮	かぶの煮物	金平ごぼう	あさりの時雨煮	ほうれん草のガーリック炒め	粕汁
	清し汁(そうめん・みつば)	清し汁(椎茸・ねぎ)	味噌汁(じゃがいも・ねぎ)	味噌汁(椎茸・ねぎ)	味噌汁(わかめ・ねぎ)	コンソメスープ	
	エネルギー 641 kcal 蛋白質 18.9 g 脂質 13.8 g	エネルギー 484 kcal 蛋白質 24.7 g 脂質 3.6 g	エネルギー 485 kcal 蛋白質 19.8 g 脂質 9.2 g	エネルギー 629 kcal 蛋白質 15.4 g 脂質 19.7 g	エネルギー 448 kcal 蛋白質 22.8 g 脂質 5.9 g	エネルギー 616 kcal 蛋白質 28.1 g 脂質 23.5 g	エネルギー 562 kcal 蛋白質 26.9 g 脂質 11.7 g
単品小	花こうやの含め煮	春菊のごま和え	茄子のマリネ	長芋の甘辛炒め	いとこ煮	チンゲン菜の胡麻和え	はくさいの煮浸し
	エネルギー 45 kcal 蛋白質 2.6 g 脂質 1.5 g	エネルギー 28 kcal 蛋白質 1.8 g 脂質 0.6 g	エネルギー 52 kcal 蛋白質 0.9 g 脂質 3.2 g	エネルギー 77 kcal 蛋白質 1.9 g 脂質 3.5 g	エネルギー 82 kcal 蛋白質 2.6 g 脂質 0.3 g	エネルギー 31 kcal 蛋白質 1.5 g 脂質 0.7 g	エネルギー 17 kcal 蛋白質 1.1 g 脂質 0.1 g
おやつ	カスタードシュークリーム	チョコクリームブッセ	米粉のケーキ(メープル)	どら焼き(ずんだ)	オレンジゼリー	チョコレートムース	ピーチゼリー
	エネルギー 49 kcal 蛋白質 1.0 g 脂質 3.5 g	エネルギー 106 kcal 蛋白質 1.5 g 脂質 4.2 g	エネルギー 92 kcal 蛋白質 1.4 g 脂質 4.0 g	エネルギー 102 kcal 蛋白質 2.2 g 脂質 1.5 g	エネルギー 40 kcal 蛋白質 0.0 g 脂質 0.0 g	エネルギー 66 kcal 蛋白質 0.9 g 脂質 4.1 g	エネルギー 38 kcal 蛋白質 0.0 g 脂質 0.0 g
単品デ	腸活ゼリー(抹茶)	腸活ゼリー(ピーチ)	腸活ゼリー(オレンジ)	腸活ゼリー(グアハ)	腸活ゼリー(マスクット)	腸活ゼリー(紅茶)	腸活ゼリー(巨峰)
	エネルギー 55 kcal 蛋白質 0.1 g 脂質 0.0 g	エネルギー 51 kcal 蛋白質 0.0 g 脂質 0.0 g	エネルギー 50 kcal 蛋白質 0.0 g 脂質 0.0 g	エネルギー 51 kcal 蛋白質 0.0 g 脂質 0.0 g	エネルギー 52 kcal 蛋白質 0.0 g 脂質 0.0 g	エネルギー 49 kcal 蛋白質 0.0 g 脂質 0.0 g	エネルギー 51 kcal 蛋白質 0.0 g 脂質 0.0 g
	エネルギー 1641 kcal 蛋白質 61.5 g 脂質 33.6 g	エネルギー 1510 kcal 蛋白質 57.5 g 脂質 21.4 g	エネルギー 1619 kcal 蛋白質 51.0 g 脂質 38.5 g	エネルギー 1725 kcal 蛋白質 51.9 g 脂質 41.9 g	エネルギー 1539 kcal 蛋白質 63.1 g 脂質 30.8 g	エネルギー 1704 kcal 蛋白質 51.6 g 脂質 58.9 g	エネルギー 1661 kcal 蛋白質 61.3 g 脂質 41.0 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：2024年1月8日(月)～2024年1月14日(日)

	月 8	火 9	水 10	木 11	金 12	土 13	日 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	ほうれん草のソテー	肉団子のコンソメ煮	スクランブルエッグ	はくさいの炒め物	小松菜のソテー	のり塩ポテト
	きゅうりのドレッシング和え	ビーンズサラダ	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	ウインナーのコンソメ煮
	1人1食あたり 340 kcal 蛋白質 7.7 g 脂質 8.3 g	1人1食あたり 394 kcal 蛋白質 10.3 g 脂質 11.5 g	1人1食あたり 379 kcal 蛋白質 11.0 g 脂質 10.0 g	1人1食あたり 410 kcal 蛋白質 13.5 g 脂質 12.9 g	1人1食あたり 381 kcal 蛋白質 9.4 g 脂質 12.8 g	1人1食あたり 374 kcal 蛋白質 8.0 g 脂質 11.1 g	1人1食あたり 331 kcal 蛋白質 7.1 g 脂質 4.4 g
昼食	米飯	米飯	キーマカレー	米飯	米飯	米飯	米飯
	豆腐チャンプルー	おでん	茄子のマリネ	さばの味噌煮	海老と卵の炒め物和风あんかけ	◆塩焼きそば	ガリバタチキン
	小松菜とたくあんの炒め物	れんこん金平	デザート(みかん缶)	いんげんの炒め物	ほうれん草の中華和え	ひじきの煮物	オクラのお浸し
	味噌汁(長芋・ねぎ)	味噌汁(里芋・ねぎ)		清し汁(そうめん・ねぎ)	中華スープ	味噌汁(しめじ・ねぎ)	味噌汁(なめこ・ねぎ)
	1人1食あたり 601 kcal 蛋白質 26.8 g 脂質 24.0 g	1人1食あたり 492 kcal 蛋白質 16.5 g 脂質 9.6 g	1人1食あたり 739 kcal 蛋白質 22.5 g 脂質 33.0 g	1人1食あたり 544 kcal 蛋白質 23.6 g 脂質 13.1 g	1人1食あたり 504 kcal 蛋白質 21.9 g 脂質 13.3 g	1人1食あたり 637 kcal 蛋白質 21.9 g 脂質 12.9 g	1人1食あたり 511 kcal 蛋白質 20.7 g 脂質 13.7 g
夕食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	散らし寿司
	鶏肉のカレー照り焼き	海鮮八宝菜	しまほっけの塩焼き	牛肉の甘辛炒め	ホキの味噌漬け焼き	あじのなめろうフライ	ほうれん草の柚子和え
	和風スパゲティ	ブロッコリーの香味和え	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
	しろなの和え物	ピーマンの炒め物	かぼちゃの煮物	煮奴	白ネギときのこの炒め物	卵の花	清し汁(トロロ昆布・ねぎ)
	味噌汁(しめじ・ねぎ)	わかめスープ	味噌汁(椎茸・ねぎ)	味噌汁(あおさ)	清し汁(竹の子・ねぎ)	味噌汁(長芋・ねぎ)	
	1人1食あたり 610 kcal 蛋白質 26.5 g 脂質 20.7 g	1人1食あたり 484 kcal 蛋白質 21.9 g 脂質 12.4 g	1人1食あたり 417 kcal 蛋白質 19.4 g 脂質 4.1 g	1人1食あたり 622 kcal 蛋白質 25.0 g 脂質 20.5 g	1人1食あたり 439 kcal 蛋白質 19.8 g 脂質 4.4 g	1人1食あたり 507 kcal 蛋白質 14.8 g 脂質 13.9 g	1人1食あたり 478 kcal 蛋白質 14.4 g 脂質 4.2 g
単品小	なめこのおろし和え	いんげんの胡麻和え	しろなの炒め物	もやしのナムル	焼き餃子	大根の浅漬け	たらこスパゲティ
	1人1食あたり 13 kcal 蛋白質 0.8 g 脂質 0.1 g	1人1食あたり 26 kcal 蛋白質 1.2 g 脂質 0.4 g	1人1食あたり 33 kcal 蛋白質 1.2 g 脂質 2.3 g	1人1食あたり 35 kcal 蛋白質 2.6 g 脂質 1.0 g	1人1食あたり 57 kcal 蛋白質 2.3 g 脂質 2.5 g	1人1食あたり 16 kcal 蛋白質 0.4 g 脂質 0.1 g	1人1食あたり 88 kcal 蛋白質 3.0 g 脂質 2.9 g
おやつ	厚切りバウムクーヘン	ストロベリーゼリー	青りんごゼリー	チョコクリームブッセ	水ようかん(抹茶)	2つのプチシュー	ドームケーキ(こしあん)
	1人1食あたり 136 kcal 蛋白質 2.3 g 脂質 5.4 g	1人1食あたり 39 kcal 蛋白質 0.0 g 脂質 0.0 g	1人1食あたり 41 kcal 蛋白質 0.0 g 脂質 0.0 g	1人1食あたり 106 kcal 蛋白質 1.5 g 脂質 4.2 g	1人1食あたり 66 kcal 蛋白質 1.6 g 脂質 0.2 g	1人1食あたり 77 kcal 蛋白質 1.3 g 脂質 5.6 g	1人1食あたり 105 kcal 蛋白質 2.3 g 脂質 1.6 g
単品デザート	腸活ゼリー(マンゴー)	腸活ゼリー(ソルティライチ)	腸活ゼリー(ピーチ)	腸活ゼリー(抹茶)	腸活ゼリー(クアハ)	腸活ゼリー(オレンジ)	腸活ゼリー(マスカット)
	1人1食あたり 49 kcal 蛋白質 0.0 g 脂質 0.0 g	1人1食あたり 38 kcal 蛋白質 0.0 g 脂質 0.0 g	1人1食あたり 51 kcal 蛋白質 0.0 g 脂質 0.0 g	1人1食あたり 55 kcal 蛋白質 0.1 g 脂質 0.0 g	1人1食あたり 51 kcal 蛋白質 0.0 g 脂質 0.0 g	1人1食あたり 50 kcal 蛋白質 0.0 g 脂質 0.0 g	1人1食あたり 52 kcal 蛋白質 0.0 g 脂質 0.0 g
	1人1食あたり 1749 kcal 蛋白質 64.1 g 脂質 58.5 g	1人1食あたり 1473 kcal 蛋白質 49.9 g 脂質 33.9 g	1人1食あたり 1660 kcal 蛋白質 54.1 g 脂質 49.4 g	1人1食あたり 1772 kcal 蛋白質 66.3 g 脂質 51.7 g	1人1食あたり 1498 kcal 蛋白質 55.0 g 脂質 33.2 g	1人1食あたり 1661 kcal 蛋白質 46.4 g 脂質 43.6 g	1人1食あたり 1565 kcal 蛋白質 47.5 g 脂質 26.8 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：2024年1月15日(月)～2024年1月21日(日)

	月 15	火 16	水 17	木 18	金 19	土 20	日 21
朝食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	鶏野菜きのこ玉子焼き	かぼちゃサラダ	ビーンズサラダ	スクランブルエッグ	マカロニサラダ	チキンボールのコンソメ煮	ハムエッグ
	はくさいの炒め物	ピーマンのソテー	ブロッコリーの炒め物	カリフラワーのソテー	ピーマンの炒め物	スナップえんどうの炒め物	カリフラワーの炒め物
	1エネルギー 315 kcal 蛋白質 7.4 g 脂質 5.3 g	1エネルギー 410 kcal 蛋白質 7.6 g 脂質 11.8 g	1エネルギー 383 kcal 蛋白質 9.7 g 脂質 9.8 g	1エネルギー 412 kcal 蛋白質 15.3 g 脂質 13.7 g	1エネルギー 394 kcal 蛋白質 6.7 g 脂質 11.8 g	1エネルギー 357 kcal 蛋白質 9.7 g 脂質 7.5 g	1エネルギー 404 kcal 蛋白質 13.9 g 脂質 12.8 g
昼食	米飯	米飯	牛丼	米飯	米飯	カレーライス(牛)	米飯
	豚バラ大根	肉団子のクリーム煮(C-8オイル入)	もやしのナムル	赤魚の照り焼き	鶏肉と野菜の炒め物	チーズサラダ	筑前煮(鶏)
	長芋の甘辛炒め	春雨のドレッシング和え	味噌汁(椎茸・ねぎ)	きゅうりのゆかり和え	ほうれん草の磯辺和え	デザート(パイン缶)	大根のピクルス
	味噌汁(わかめ・ねぎ)	デザート(黄桃缶)		味噌汁(あおさ)	味噌汁(里芋・ねぎ)		味噌汁(はくさい)
	1エネルギー 646 kcal 蛋白質 18.7 g 脂質 28.3 g	1エネルギー 677 kcal 蛋白質 17.2 g 脂質 23.2 g	1エネルギー 521 kcal 蛋白質 19.9 g 脂質 13.0 g	1エネルギー 419 kcal 蛋白質 19.0 g 脂質 5.6 g	1エネルギー 516 kcal 蛋白質 20.6 g 脂質 16.2 g	1エネルギー 693 kcal 蛋白質 20.8 g 脂質 27.6 g	1エネルギー 545 kcal 蛋白質 21.4 g 脂質 13.3 g
夕食	米飯	米飯	米飯	ひじきの炊き込みご飯	米飯	米飯	米飯
	タラのトマトソースかけ	◆貝焼き味噌	鶏肉の天ぷら	肉豆腐(豚)	あじの焼き南蛮漬け	白身魚の竜田揚げ	ホキのレモンペッパー焼き
	もずく和え	いんげんのからし和え	春菊のピーナツ和え	しろなの酢味噌和え	いんげんの中華和え	小松菜のお浸し	茄子の甘辛炒め
	カリフラワーのソテー	◆けの汁	里芋の煮っころがし	清し汁(竹の子・ねぎ)	長芋の醤油炒め	がんもの煮物	チンゲン菜のお浸し
	清し汁(そうめん・ねぎ)	デザート(りんご)	味噌汁(玉ねぎ・人参)		味噌汁(なめこ・ねぎ)	味噌汁(わかめ・ねぎ)	コンソメスープ
	1エネルギー 499 kcal 蛋白質 20.9 g 脂質 13.0 g	1エネルギー 477 kcal 蛋白質 22.0 g 脂質 8.7 g	1エネルギー 761 kcal 蛋白質 27.8 g 脂質 28.6 g	1エネルギー 610 kcal 蛋白質 30.3 g 脂質 16.1 g	1エネルギー 517 kcal 蛋白質 21.7 g 脂質 10.0 g	1エネルギー 478 kcal 蛋白質 20.4 g 脂質 12.1 g	1エネルギー 466 kcal 蛋白質 18.4 g 脂質 12.6 g
単品小	ブロッコリーのおかか和え	じゃがいもの炒め煮	金平ごぼう	人参しりしり	大根のかに棒あんかけ	キャベツのソテー	蒸ししゅうまい
	1エネルギー 24 kcal 蛋白質 2.1 g 脂質 0.2 g	1エネルギー 73 kcal 蛋白質 1.7 g 脂質 3.8 g	1エネルギー 71 kcal 蛋白質 0.9 g 脂質 3.5 g	1エネルギー 57 kcal 蛋白質 2.0 g 脂質 3.7 g	1エネルギー 58 kcal 蛋白質 1.7 g 脂質 1.2 g	1エネルギー 67 kcal 蛋白質 2.4 g 脂質 5.2 g	1エネルギー 82 kcal 蛋白質 1.6 g 脂質 5.1 g
おやつ	オレンジゼリー	プリン	はちみつレモンゼリー	厚切りバウムクーヘン	ピーチゼリー	どら焼き(カスタード)	チョコクリームブッセ
	1エネルギー 40 kcal 蛋白質 0.0 g 脂質 0.0 g	1エネルギー 22 kcal 蛋白質 0.6 g 脂質 0.1 g	1エネルギー 49 kcal 蛋白質 0.0 g 脂質 0.0 g	1エネルギー 136 kcal 蛋白質 2.3 g 脂質 5.4 g	1エネルギー 38 kcal 蛋白質 0.0 g 脂質 0.0 g	1エネルギー 111 kcal 蛋白質 2.0 g 脂質 3.8 g	1エネルギー 106 kcal 蛋白質 1.5 g 脂質 4.2 g
単品デザート	腸活ゼリー(紅茶)	腸活ゼリー(巨峰)	腸活ゼリー(マンゴー)	腸活ゼリー(ソルティイチ)	腸活ゼリー(抹茶)	腸活ゼリー(ピーチ)	腸活ゼリー(グアハバ)
	1エネルギー 49 kcal 蛋白質 0.0 g 脂質 0.0 g	1エネルギー 51 kcal 蛋白質 0.0 g 脂質 0.0 g	1エネルギー 49 kcal 蛋白質 0.0 g 脂質 0.0 g	1エネルギー 38 kcal 蛋白質 0.0 g 脂質 0.0 g	1エネルギー 55 kcal 蛋白質 0.1 g 脂質 0.0 g	1エネルギー 51 kcal 蛋白質 0.0 g 脂質 0.0 g	1エネルギー 51 kcal 蛋白質 0.0 g 脂質 0.0 g
	1エネルギー 1573 kcal 蛋白質 49.1 g 脂質 46.8 g	1エネルギー 1710 kcal 蛋白質 49.1 g 脂質 47.6 g	1エネルギー 1834 kcal 蛋白質 58.3 g 脂質 54.9 g	1エネルギー 1672 kcal 蛋白質 68.9 g 脂質 44.5 g	1エネルギー 1578 kcal 蛋白質 50.8 g 脂質 39.2 g	1エネルギー 1757 kcal 蛋白質 55.3 g 脂質 56.2 g	1エネルギー 1654 kcal 蛋白質 56.8 g 脂質 48.0 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：2024年1月22日(月)～2024年1月28日(日)

	月 22	火 23	水 24	木 25	金 26	土 27	日 28
朝食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	ビーンズサラダ	茄子のミートソース煮	小松菜のソテー	かぼちゃサラダ	ウインナーのコンソメ煮	温野菜サラダ	マカロニサラダ
	ごぼうの炒め煮	カリフラワーのドレッシング和え	玉ねぎのポン酢和え	ほうれん草のソテー	じゃがいものソテー	きのこソテー	ブロッコリーのソテー
	エネルギー 385 kcal 蛋白質 8.4 g 脂質 7.9 g	エネルギー 348 kcal 蛋白質 7.8 g 脂質 8.1 g	エネルギー 339 kcal 蛋白質 8.4 g 脂質 7.0 g	エネルギー 411 kcal 蛋白質 7.8 g 脂質 11.8 g	エネルギー 383 kcal 蛋白質 8.3 g 脂質 10.2 g	エネルギー 388 kcal 蛋白質 7.4 g 脂質 8.6 g	エネルギー 410 kcal 蛋白質 8.9 g 脂質 13.6 g
昼食	米飯	◆オムライス(クリームソース)	米飯	米飯	米飯	米飯	照りたま丼(鶏)
	鮭のちゃんちゃん焼き	ブロッコリーのソテー	いかとキャベツのオイスターソース炒め	醤油ラーメン	豆腐の卵きのこあんかけ	ぶりの煮つけ	ほうれん草のかき醤油和え
	しろなの和え物	デザート(黄桃缶)	いんげんの昆布和え	長芋とちくわの炒め物	チンゲン菜のナムル	しろなのお浸し	味噌汁(里芋・ねぎ)
	清し汁(トロロ昆布・ねぎ)		味噌汁(あおさ)	デザート(みかん缶)	味噌汁(キャベツ)	味噌汁(大根・ねぎ)	
	エネルギー 411 kcal 蛋白質 21.5 g 脂質 5.1 g	エネルギー 524 kcal 蛋白質 14.1 g 脂質 17.3 g	エネルギー 444 kcal 蛋白質 17.7 g 脂質 9.2 g	エネルギー 590 kcal 蛋白質 18.1 g 脂質 9.8 g	エネルギー 495 kcal 蛋白質 21.3 g 脂質 10.9 g	エネルギー 572 kcal 蛋白質 23.8 g 脂質 14.6 g	エネルギー 524 kcal 蛋白質 23.6 g 脂質 17.4 g
夕食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	牛肉の山椒炒め	さばの塩焼き	鶏肉の唐揚げ	豚バラと白菜の生姜あん	しまほっけの塩麹焼き	牛肉のカレー炒め	白身魚の香り揚げ
	きゅうりとツナの梅マヨ和え	もずく和え	チンゲン菜の胡麻和え	スナッペンどうの香味和え	カリフラワーのハーブマストード和え	オクラの和え物	はくさいの浅漬け
	ひじきの煮物	じゃこピーマン	きのこ金平	肉まん	茄子の煮物	卵の花	ピーマンの炒め物
	味噌汁(長芋・ねぎ)	味噌汁(玉ねぎ・人参)	味噌汁(大根・ねぎ)	はるさめスープ	清し汁(トロロ昆布・ねぎ)	味噌汁(春菊)	清し汁(そうめん・ねぎ)
	エネルギー 675 kcal 蛋白質 25.5 g 脂質 28.7 g	エネルギー 476 kcal 蛋白質 23.2 g 脂質 12.9 g	エネルギー 663 kcal 蛋白質 26.1 g 脂質 28.6 g	エネルギー 692 kcal 蛋白質 22.2 g 脂質 30.4 g	エネルギー 446 kcal 蛋白質 19.0 g 脂質 11.1 g	エネルギー 619 kcal 蛋白質 24.9 g 脂質 21.3 g	エネルギー 603 kcal 蛋白質 21.4 g 脂質 21.5 g
単品小	厚焼き卵	豆腐のナゲット	揚げない大学いも	きゅうりのゆかり和え	ごぼうのそぼろ煮	れんこん金平	ひじきの煮物
	エネルギー 69 kcal 蛋白質 4.6 g 脂質 4.5 g	エネルギー 118 kcal 蛋白質 2.5 g 脂質 9.3 g	エネルギー 121 kcal 蛋白質 0.9 g 脂質 1.4 g	エネルギー 13 kcal 蛋白質 0.7 g 脂質 0.1 g	エネルギー 68 kcal 蛋白質 3.1 g 脂質 1.6 g	エネルギー 72 kcal 蛋白質 0.8 g 脂質 3.5 g	エネルギー 49 kcal 蛋白質 1.6 g 脂質 2.5 g
おやつ	カスタードシュークリーム	オレンジゼリー	水ようかん(こしあん)	プリン	厚切りバウムクーヘン	青りんごゼリー	いちごシュークリーム
	エネルギー 49 kcal 蛋白質 1.0 g 脂質 3.5 g	エネルギー 40 kcal 蛋白質 0.0 g 脂質 0.0 g	エネルギー 65 kcal 蛋白質 1.5 g 脂質 0.1 g	エネルギー 22 kcal 蛋白質 0.6 g 脂質 0.1 g	エネルギー 136 kcal 蛋白質 2.3 g 脂質 5.4 g	エネルギー 41 kcal 蛋白質 0.0 g 脂質 0.0 g	エネルギー 81 kcal 蛋白質 1.2 g 脂質 6.0 g
単品デザート	腸活ゼリー(オレンジ)	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(マンゴー)	腸活ゼリー(ピーチ)	腸活ゼリー(ソルティイチ)
	エネルギー 50 kcal 蛋白質 0.0 g 脂質 0.0 g	エネルギー 52 kcal 蛋白質 0.0 g 脂質 0.0 g	エネルギー 49 kcal 蛋白質 0.0 g 脂質 0.0 g	エネルギー 51 kcal 蛋白質 0.0 g 脂質 0.0 g	エネルギー 49 kcal 蛋白質 0.0 g 脂質 0.0 g	エネルギー 51 kcal 蛋白質 0.0 g 脂質 0.0 g	エネルギー 38 kcal 蛋白質 0.0 g 脂質 0.0 g
	エネルギー 1639 kcal 蛋白質 61.0 g 脂質 49.7 g	エネルギー 1558 kcal 蛋白質 47.6 g 脂質 47.6 g	エネルギー 1681 kcal 蛋白質 54.6 g 脂質 46.3 g	エネルギー 1779 kcal 蛋白質 49.4 g 脂質 52.2 g	エネルギー 1577 kcal 蛋白質 54.0 g 脂質 39.2 g	エネルギー 1743 kcal 蛋白質 56.9 g 脂質 48.0 g	エネルギー 1705 kcal 蛋白質 56.7 g 脂質 61.0 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：2024年1月29日(月)～2024年2月4日(日)

	月 29	火 30	水 31	木 1	金 2	土 3	日 4
朝食	米飯	米飯	米飯				
	大根サラダ	チンゲン菜のソテー	スクランブルエッグ				
	スナッペンどうの炒め物	ビーンズサラダ	いんげんの炒め物				
	エネルギー 355 kcal 蛋白質 7.4 g	エネルギー 364 kcal 蛋白質 7.9 g	エネルギー 405 kcal 蛋白質 14.1 g				
	脂質 8.4 g	脂質 9.4 g	脂質 13.4 g				
昼食	米飯	米飯	米飯				
	きつねうどん	豆乳鍋(鶏)	ピーマン肉詰めフライ				
	小松菜のお浸し	カリフラワーのピクルス	春菊の胡麻和え				
	デザート(白桃缶)	味噌汁(わかめ・ねぎ)	味噌汁(えのき・ねぎ)				
	エネルギー 527 kcal 蛋白質 13.2 g	エネルギー 472 kcal 蛋白質 20.3 g	エネルギー 499 kcal 蛋白質 12.3 g				
	脂質 3.9 g	脂質 12.8 g	脂質 13.9 g				
夕食	米飯	米飯	米飯				
	豚肉のトウチジャン炒め	タラと野菜のおろしソース	鶏団子の甘酢あん				
	いんげんのピーナツ和え	春雨の中華和え	もずく和え				
	ねぎ焼き	さつまいもの煮物	切干大根の煮物				
	味噌汁(じゃがいも・ねぎ)	味噌汁(玉ねぎ・人参)	味噌汁(なめこ・ねぎ)				
	エネルギー 632 kcal 蛋白質 26.1 g	エネルギー 496 kcal 蛋白質 20.7 g	エネルギー 580 kcal 蛋白質 18.2 g				
	脂質 19.8 g	脂質 4.5 g	脂質 10.5 g				
単品小	茄子の揚げ浸し	ミニお好み焼き	がんもの煮物				
	エネルギー 47 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 56 kcal 蛋白質 2.5 g				
	脂質 2.2 g	脂質 0.5 g	脂質 2.7 g				
おやつ	どら焼き(こしあん)	米粉のケーキ(メープル)	チョコクリームブッセ				
	エネルギー 99 kcal 蛋白質 2.0 g	エネルギー 92 kcal 蛋白質 1.4 g	エネルギー 106 kcal 蛋白質 1.5 g				
	脂質 1.2 g	脂質 4.0 g	脂質 4.2 g				
単品デ	腸活ゼリー(抹茶)	腸活ゼリー(クアハ)	腸活ゼリー(オレンジ)				
	エネルギー 55 kcal 蛋白質 0.1 g	エネルギー 51 kcal 蛋白質 0.0 g	エネルギー 50 kcal 蛋白質 0.0 g				
	脂質 0.0 g	脂質 0.0 g	脂質 0.0 g				
	エネルギー 1715 kcal 蛋白質 49.8 g	エネルギー 1510 kcal 蛋白質 51.6 g	エネルギー 1696 kcal 蛋白質 48.6 g				
	脂質 35.5 g	脂質 31.2 g	脂質 44.7 g				