

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 きんとん 清じ汁(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(清じ汁) | 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 竹の子の千佐煮 清じ汁(椎茸・ねぎ) | 春菊のごま和え チョコクリームフッセ |
| 1/3 (水) | 米飯 スナップえんどうのソテー キャベツのトレッソング 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 玉ねぎのポン酢和え ピーマンのソテー | 米飯 ぶり大根 春菊のお浸し 清じ汁(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 ごら焼き(ずんだ) |
| 1/5 (金) | 米飯 卵どじ いんげんのソテー | 米飯 豚肉の炒め物 プ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 グリルチキンパルコソース きゅうりとツナの和え物 ほうれん草のガーリック炒め コシリメスープ | 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 柏汁 | 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 豆腐チャンプルー 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 しろなの和え物 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 ビーンズサラダ | 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 プ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 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 チョコクリームフッセ |
| 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 海老と卵の炒め物和風あんかけ ほうれん草の中華和え 中華スープ | 米飯 ホタテの味噌漬け焼き きゅうりの昆布和え 白ネギときのこの炒め物 清じ汁(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 オニオングサラダ | 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 チシゲジ葉の香味和え 卯の花 味噌汁(長芋・ねぎ) | 大根の浅漬け 2つのフチシュー |
| 1/14 (日) | 米飯 のり塩ボテト ワ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 清じ汁(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 清じ汁(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(株)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 ビーマンのソテー | 米飯 肉団子のグリル煮(C-8オル入) 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 ピーンズサラダ プ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 里芋の煮っころがし 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) しろなの酢味噌和え 清汁(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 ビーマンの炒め物 | 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(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) |
| 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) 大根のピクリス 味噌汁(ばくさい) | 米飯 ホキのレモンペッパー焼き 茄子の甘辛炒め チジケン菜のお浸し コシソメスープ | 蒸ししゅうまい チョコクリームフッセ |
| 1/22 (月) | 米飯 ピーンズサラダ ごぼうの炒め煮 | 米飯 鮭のちゃんちゃん焼き しろなの和え物 清汁(トロロ昆布・ねぎ) | 米飯 牛肉の山椒炒め きゅうりピザの梅マヨ和え ひじきの煮物 味噌汁(長芋・ねぎ) | 厚焼き卵 カスター |
| 1/23 (火) | 米飯 茄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(クリムリス) プ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 じゃこビーマン 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 玉ねぎのポン酢和え | 米飯 いかと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 鶏肉の唐揚げ チジケン菜の胡麻和え 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 長芋とちくわの炒め物 デザート(みかん缶) | 米飯 豚バラと白菜の生姜あん スナップ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 ワイ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 チジケン菜のピューリ 味噌汁(キャベツ) | 米飯 しまほっけの塩麹焼き カリフラワーのパニーマード 和え 茄子の煮物 清汁(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 きのこのソテー | 米飯 ぶりの煮つけ しろなお浸し 味噌汁(大根・ねぎ) | 米飯 牛肉のカレー炒め オクラの和え物 卯の花 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 プ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 ばくさいの浅漬け ビーマンの炒め物 清汁(そうめん・ねぎ) | ひじきの煮物 いちごショート |
| 1/29 (月) | 米飯 大根サラダ スナップえんどうの炒め物 | 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 いんげんのビーナツ和え 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 チジケン菜のソテー ピーンズサラダ | 米飯 豆乳鍋(鶏) カリフラワーのピクリス 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(ヌーブル) |
| 1/31 (水) | 米飯 スランブルエッグ 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 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 チョコクリームフッセ |

<献立表>

現場 : デリケア(株)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 |
| | 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 | エネルギー - 338 kcal 蛋白質 9.8 g | エネルギー - 372 kcal 蛋白質 8.7 g | エネルギー - 322 kcal 蛋白質 7.9 g | エネルギー - 397 kcal 蛋白質 13.5 g | エネルギー - 336 kcal 蛋白質 6.8 g | エネルギー - 476 kcal 蛋白質 13.9 g |
| | 脂質 8.2 g | 脂質 2.7 g | 脂質 10.5 g | 脂質 4.0 g | 脂質 10.2 g | 脂質 8.0 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 | 豚肉のフロー | 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 | プ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 | エネルギー - 503 kcal 蛋白質 19.7 g | エネルギー - 568 kcal 蛋白質 20.2 g | エネルギー - 544 kcal 蛋白質 24.5 g | エネルギー - 520 kcal 蛋白質 24.2 g | エネルギー - 606 kcal 蛋白質 14.3 g | エネルギー - 517 kcal 蛋白質 19.4 g |
| 夕食 | 脂質 6.6 g | 脂質 10.3 g | 脂質 11.6 g | 脂質 13.2 g | 脂質 14.4 g | 脂質 22.6 g | 脂質 10.6 g |
| | 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 | 柏汁 |
| 単品小 | 清汁(そうめん・みつば) | 清汁(椎茸・ねぎ) | 味噌汁(じやがいも・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 | エネルギー - 484 kcal 蛋白質 24.7 g | エネルギー - 485 kcal 蛋白質 19.8 g | エネルギー - 629 kcal 蛋白質 15.4 g | エネルギー - 448 kcal 蛋白質 22.8 g | エネルギー - 616 kcal 蛋白質 28.1 g | エネルギー - 562 kcal 蛋白質 26.9 g |
| | 脂質 13.8 g | 脂質 3.6 g | 脂質 9.2 g | 脂質 19.7 g | 脂質 5.9 g | 脂質 23.5 g | 脂質 11.7 g |
| | 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 | エネルギー - 28 kcal 蛋白質 1.8 g | エネルギー - 52 kcal 蛋白質 0.9 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 - 31 kcal 蛋白質 1.5 g | エネルギー - 17 kcal 蛋白質 1.1 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 | エネルギー - 106 kcal 蛋白質 1.5 g | エネルギー - 92 kcal 蛋白質 1.4 g | エネルギー - 102 kcal 蛋白質 2.2 g | エネルギー - 40 kcal 蛋白質 0.0 g | エネルギー - 66 kcal 蛋白質 0.9 g | エネルギー - 38 kcal 蛋白質 0.0 g |
| 単品デ | 脂質 3.5 g | 脂質 4.2 g | 脂質 4.0 g | 脂質 1.5 g | 脂質 0.0 g | 脂質 4.1 g | 脂質 0.0 g |
| | 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(グアバ) | 腸活ゼリー(マスカット) | 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 | 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 | エネルギー - 51 kcal 蛋白質 0.0 g | エネルギー - 52 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 - 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 | エネルギー - 1510 kcal 蛋白質 57.5 g | エネルギー - 1619 kcal 蛋白質 51.0 g | エネルギー - 1725 kcal 蛋白質 51.9 g | エネルギー - 1539 kcal 蛋白質 63.1 g | エネルギー - 1704 kcal 蛋白質 51.6 g | エネルギー - 1661 kcal 蛋白質 61.3 g |
| | 脂質 33.6 g | 脂質 21.4 g | 脂質 38.5 g | 脂質 41.9 g | 脂質 30.8 g | 脂質 58.9 g | 脂質 41.0 g |

〈献立表〉

現場 : デリケア(株)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 きゅうりのドレッシング和え | ほうれん草のソテー ビーンズサラダ | 肉団子のコンソメ煮 キャベツのソテー | スクランブルエッグ スナップえんどうのソテー | はくさいの炒め物 カリフラワーのマヨネーズ和え | 小松菜のソテー オニオンサラダ | のり塩ポテト ワインナーのコンソメ煮 |
| | エネルギー - 340 kcal 蛋白質 7.7 g 脂質 8.3 g | エネルギー - 394 kcal 蛋白質 10.3 g 脂質 11.5 g | エネルギー - 379 kcal 蛋白質 11.0 g 脂質 10.0 g | エネルギー - 410 kcal 蛋白質 13.5 g 脂質 12.9 g | エネルギー - 381 kcal 蛋白質 9.4 g 脂質 12.8 g | エネルギー - 374 kcal 蛋白質 8.0 g 脂質 11.1 g | エネルギー - 331 kcal 蛋白質 7.1 g 脂質 4.4 g |
| | 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 小松菜とたくあんの炒め物 味噌汁(長芋・ねぎ) | おでん れんこん金平 味噌汁(里芋・ねぎ) | 茄子のマリネ デザート(みかん缶) | さばの味噌煮 いんげんの炒め物 清し汁(そうめん・ねぎ) | 海老と卵の炒め物和風あんかけ ほうれん草の中華和え 中華スープ | ◆塩焼きそば ひじきの煮物 味噌汁(しめじ・ねぎ) | ガリバタチキン オクラのお浸し 味噌汁(なめこ・ねぎ) |
| 昼食 | エネルギー - 601 kcal 蛋白質 26.8 g 脂質 24.0 g | エネルギー - 492 kcal 蛋白質 16.5 g 脂質 9.6 g | エネルギー - 739 kcal 蛋白質 22.5 g 脂質 33.0 g | エネルギー - 544 kcal 蛋白質 23.6 g 脂質 13.1 g | エネルギー - 504 kcal 蛋白質 21.9 g 脂質 13.3 g | エネルギー - 637 kcal 蛋白質 21.9 g 脂質 12.9 g | エネルギー - 511 kcal 蛋白質 20.7 g 脂質 13.7 g |
| | 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 和風スパゲティ しろなの和え物 味噌汁(しめじ・ねぎ) | 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 | 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) | 牛肉の甘辛炒め 小松菜の磯辺和え 煮奴 味噌汁(あおさ) | ホキの味噌漬け焼き きゅうりの昆布和え 白ネギときのこの炒め物 清し汁(竹の子・ねぎ) | 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) | 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) |
| | エネルギー - 610 kcal 蛋白質 26.5 g 脂質 20.7 g | エネルギー - 484 kcal 蛋白質 21.9 g 脂質 12.4 g | エネルギー - 417 kcal 蛋白質 19.4 g 脂質 4.1 g | エネルギー - 622 kcal 蛋白質 25.0 g 脂質 20.5 g | エネルギー - 439 kcal 蛋白質 19.8 g 脂質 4.4 g | エネルギー - 507 kcal 蛋白質 14.8 g 脂質 13.9 g | エネルギー - 478 kcal 蛋白質 14.4 g 脂質 4.2 g |
| | 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 |
| 単品小 | エネルギー - 13 kcal 蛋白質 0.8 g 脂質 0.1 g | エネルギー - 26 kcal 蛋白質 1.2 g 脂質 0.4 g | エネルギー - 33 kcal 蛋白質 1.2 g 脂質 2.3 g | エネルギー - 35 kcal 蛋白質 2.6 g 脂質 1.0 g | エネルギー - 57 kcal 蛋白質 2.3 g 脂質 2.5 g | エネルギー - 16 kcal 蛋白質 0.4 g 脂質 0.1 g | エネルギー - 88 kcal 蛋白質 3.0 g 脂質 2.9 g |
| | 厚切りバウムクーヘン 脂質 5.4 g | ストロベリーゼリー 脂質 0.0 g | 青りんごゼリー 脂質 0.0 g | チョコクリームブッセ 脂質 4.2 g | 水ようかん(抹茶) 脂質 0.2 g | 2つのプチシュー 脂質 5.6 g | ドームケーキ(こしあん) 脂質 1.6 g |
| | 腸活ゼリー(マンゴー) 脂質 0.0 g | 腸活ゼリー(ソルティライチ) 脂質 0.0 g | 腸活ゼリー(ピーチ) 脂質 0.0 g | 腸活ゼリー(抹茶) 脂質 0.0 g | 腸活ゼリー(グアバ) 脂質 0.0 g | 腸活ゼリー(オレンジ) 脂質 0.0 g | 腸活ゼリー(マスカット) 脂質 0.0 g |
| おやつ | エネルギー - 1749 kcal 蛋白質 64.1 g 脂質 58.5 g | エネルギー - 1473 kcal 蛋白質 49.9 g 脂質 33.9 g | エネルギー - 1660 kcal 蛋白質 54.1 g 脂質 49.4 g | エネルギー - 1772 kcal 蛋白質 66.3 g 脂質 51.7 g | エネルギー - 1498 kcal 蛋白質 55.0 g 脂質 33.2 g | エネルギー - 1661 kcal 蛋白質 46.4 g 脂質 43.6 g | エネルギー - 1565 kcal 蛋白質 47.5 g 脂質 26.8 g |

<献立表>

現場 : デリケア(株)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 鶏野菜きのこ玉子焼き はくさいの炒め物 | 米飯 かぼちゃサラダ ピーマンのソテー | 米飯 ビーンズサラダ プロッコリーの炒め物 | 米飯 スクランブルエッグ カリフラワーのソテー | 米飯 マカロニサラダ ピーマンの炒め物 | 米飯 チキンボールのコンソメ煮 スナップえんどうの炒め物 | 米飯 ハムエッグ カリフラワーの炒め物 |
| | エネルギー - 315 kcal 蛋白質 7.4 g 脂質 5.3 g | エネルギー - 410 kcal 蛋白質 7.6 g 脂質 11.8 g | エネルギー - 383 kcal 蛋白質 9.7 g 脂質 9.8 g | エネルギー - 412 kcal 蛋白質 15.3 g 脂質 13.7 g | エネルギー - 394 kcal 蛋白質 6.7 g 脂質 11.8 g | エネルギー - 357 kcal 蛋白質 9.7 g 脂質 7.5 g | エネルギー - 404 kcal 蛋白質 13.9 g 脂質 12.8 g |
| 昼食 | 米飯 豚バラ大根 長芋の甘辛炒め 味噌汁(わかめ・ねぎ) | 米飯 肉団子のクリーム煮(C-8オイル入) 春雨のドレッシング和え デザート(黄桃缶) | 牛丼 もやしのナムル 味噌汁(椎茸・ねぎ) | 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) | 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) | カレーライス(牛) チーズサラダ デザート(パイン缶) | 米飯 筑前煮(鶏) 大根のピクルス 味噌汁(はくさい) |
| | エネルギー - 646 kcal 蛋白質 18.7 g 脂質 28.3 g | エネルギー - 677 kcal 蛋白質 17.2 g 脂質 23.2 g | エネルギー - 521 kcal 蛋白質 19.9 g 脂質 13.0 g | エネルギー - 419 kcal 蛋白質 19.0 g 脂質 5.6 g | エネルギー - 516 kcal 蛋白質 20.6 g 脂質 16.2 g | エネルギー - 693 kcal 蛋白質 20.8 g 脂質 27.6 g | エネルギー - 545 kcal 蛋白質 21.4 g 脂質 13.3 g |
| 夕食 | 米飯 タラのトマトソースかけ もしく和え カリフラワーのソテー 清し汁(そうめん・ねぎ) | 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) | 米飯 鶏肉の天ぷら 春菊のピーナツ和え 里芋の煮っころがし 味噌汁(玉ねぎ・人参) | ひじきの炊き込みご飯 肉豆腐(豚) しろなの酢味噌和え 清し汁(竹の子・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) | 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) | 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 |
| | エネルギー - 499 kcal 蛋白質 20.9 g 脂質 13.0 g | エネルギー - 477 kcal 蛋白質 22.0 g 脂質 8.7 g | エネルギー - 761 kcal 蛋白質 27.8 g 脂質 28.6 g | エネルギー - 610 kcal 蛋白質 30.3 g 脂質 16.1 g | エネルギー - 517 kcal 蛋白質 21.7 g 脂質 10.0 g | エネルギー - 478 kcal 蛋白質 20.4 g 脂質 12.1 g | 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 |
| | エネルギー - 24 kcal 蛋白質 2.1 g 脂質 0.2 g | エネルギー - 73 kcal 蛋白質 1.7 g 脂質 3.8 g | エネルギー - 71 kcal 蛋白質 0.9 g 脂質 3.5 g | エネルギー - 57 kcal 蛋白質 2.0 g 脂質 3.7 g | エネルギー - 58 kcal 蛋白質 1.7 g 脂質 1.2 g | エネルギー - 67 kcal 蛋白質 2.4 g 脂質 5.2 g | 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 |
| | エネルギー - 40 kcal 蛋白質 0.0 g 脂質 0.0 g | エネルギー - 22 kcal 蛋白質 0.6 g 脂質 0.1 g | エネルギー - 49 kcal 蛋白質 0.0 g 脂質 0.0 g | エネルギー - 136 kcal 蛋白質 2.3 g 脂質 5.4 g | エネルギー - 38 kcal 蛋白質 0.0 g 脂質 0.0 g | エネルギー - 111 kcal 蛋白質 2.0 g 脂質 3.8 g | エネルギー - 106 kcal 蛋白質 1.5 g 脂質 4.2 g |
| 単品大 | 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(ソルティライチ) | 腸活ゼリー(抹茶) | 腸活ゼリー(ピーチ) | 腸活ゼリー(グアバ) |
| | 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 - 38 kcal 蛋白質 0.0 g 脂質 0.0 g | 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 - 51 kcal 蛋白質 0.0 g 脂質 0.0 g |
| | エネルギー - 1573 kcal 蛋白質 49.1 g 脂質 46.8 g | エネルギー - 1710 kcal 蛋白質 49.1 g 脂質 47.6 g | エネルギー - 1834 kcal 蛋白質 58.3 g 脂質 54.9 g | エネルギー - 1672 kcal 蛋白質 68.9 g 脂質 44.5 g | エネルギー - 1578 kcal 蛋白質 50.8 g 脂質 39.2 g | エネルギー - 1757 kcal 蛋白質 55.3 g 脂質 56.2 g | 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(株)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 |
| | 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 | ワ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 | エネルギー - 348 kcal 蛋白質 7.8 g | エネルギー - 339 kcal 蛋白質 8.4 g | エネルギー - 411 kcal 蛋白質 7.8 g | エネルギー - 383 kcal 蛋白質 8.3 g | エネルギー - 388 kcal 蛋白質 7.4 g | エネルギー - 410 kcal 蛋白質 8.9 g |
| | 脂質 7.9 g | 脂質 8.1 g | 脂質 7.0 g | 脂質 11.8 g | 脂質 10.2 g | 脂質 8.6 g | 脂質 13.6 g |
| 昼食 | 米飯 | ◆オムライス(クリーミー) | 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 | エネルギー - 524 kcal 蛋白質 14.1 g | エネルギー - 444 kcal 蛋白質 17.7 g | エネルギー - 590 kcal 蛋白質 18.1 g | エネルギー - 495 kcal 蛋白質 21.3 g | エネルギー - 572 kcal 蛋白質 23.8 g | エネルギー - 524 kcal 蛋白質 23.6 g |
| 夕食 | 脂質 5.1 g | 脂質 17.3 g | 脂質 9.2 g | 脂質 9.8 g | 脂質 10.9 g | 脂質 14.6 g | 脂質 17.4 g |
| | 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 | スナップえんどうの香味和え | カリフラワーのハニーマスタード和え | 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 |
| 単品小 | 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 | エネルギー - 476 kcal 蛋白質 23.2 g | エネルギー - 663 kcal 蛋白質 26.1 g | エネルギー - 692 kcal 蛋白質 22.2 g | エネルギー - 446 kcal 蛋白質 19.0 g | エネルギー - 619 kcal 蛋白質 24.9 g | エネルギー - 603 kcal 蛋白質 21.4 g |
| | 脂質 28.7 g | 脂質 12.9 g | 脂質 28.6 g | 脂質 30.4 g | 脂質 11.1 g | 脂質 21.3 g | 脂質 21.5 g |
| | 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 | エネルギー - 118 kcal 蛋白質 2.5 g | エネルギー - 121 kcal 蛋白質 0.9 g | エネルギー - 13 kcal 蛋白質 0.7 g | エネルギー - 68 kcal 蛋白質 3.1 g | エネルギー - 72 kcal 蛋白質 0.8 g | エネルギー - 49 kcal 蛋白質 1.6 g |
| おやつ | 脂質 4.5 g | 脂質 9.3 g | 脂質 1.4 g | 脂質 0.1 g | 脂質 1.6 g | 脂質 3.5 g | 脂質 2.5 g |
| | 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 | エネルギー - 40 kcal 蛋白質 0.0 g | エネルギー - 65 kcal 蛋白質 1.5 g | エネルギー - 22 kcal 蛋白質 0.6 g | エネルギー - 136 kcal 蛋白質 2.3 g | エネルギー - 41 kcal 蛋白質 0.0 g | エネルギー - 81 kcal 蛋白質 1.2 g |
| 単品デ | 脂質 3.5 g | 脂質 0.0 g | 脂質 0.1 g | 脂質 0.1 g | 脂質 5.4 g | 脂質 0.0 g | 脂質 6.0 g |
| | 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(ソルティライチ) |
| | エネルギー - 50 kcal 蛋白質 0.0 g | エネルギー - 52 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 - 51 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 - 51 kcal 蛋白質 0.0 g | エネルギー - 38 kcal 蛋白質 0.0 g |
| 脂質 0.0 g | 脂質 0.0 g | 脂質 0.0 g | 脂質 0.0 g | 脂質 0.0 g | 脂質 0.0 g | 脂質 0.0 g | 脂質 0.0 g |
| | エネルギー - 1639 kcal 蛋白質 61.0 g | エネルギー - 1558 kcal 蛋白質 47.6 g | エネルギー - 1681 kcal 蛋白質 54.6 g | エネルギー - 1779 kcal 蛋白質 49.4 g | エネルギー - 1577 kcal 蛋白質 54.0 g | エネルギー - 1743 kcal 蛋白質 56.9 g | エネルギー - 1705 kcal 蛋白質 56.7 g |
| 脂質 49.7 g | 脂質 47.6 g | 脂質 46.3 g | 脂質 52.2 g | 脂質 39.2 g | 脂質 48.0 g | 脂質 61.0 g | |

<献立表>

現場 : デリケア(株)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 | | | | |
| | スナップえんどうの炒め物 | 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 | | | | |
| 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) | | | | |
| 単品小 | 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 | | | | |
| | 茄子の揚げ浸し | ミニお好み焼き | がんもの煮物 | | | | |
| おやつ | 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 | | | | |
| | 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 | | | | |
| 単品デ | 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 | | | | |
| | 腸活ゼリー(抹茶) | 腸活ゼリー(グアバ) | 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 | | | | |