

## 月間献立予定表（食材）

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
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
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
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
1/5 (金)	米飯 卵どじ いんげんのソテー	米飯 豚肉の炒め物 プロトコリーの香味和え 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
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 グリルキンバーレサミコソース 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
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
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
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 プロトコリーの香味和え ピーマンの炒め物 わかめスープ	いんげんの胡麻和え
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
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
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
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
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
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)	プロトコリーのおかか和え

# 月間献立予定表（食材）

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 肉団子のクリーム煮(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 ◆貝拂き味噌 いんげんのからし和え ◆けの汁 デザート(りんご)	じゃがいもの炒め物
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
1/18 (木)	米飯 スグランブルエッグ 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) しづなの酢味噌和え 清汁(竹の子・ねぎ)	人参しりしり
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
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
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(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
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 しづなの和え物 清汁(トロロ昆布・ねぎ)	米飯 牛肉の山椒炒め きゅうりピツカの梅マヨ和え ひじきの煮物 味噌汁(長芋・ねぎ)	厚焼き卵
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(クリムリース) プロッコリーのソテー <sup>※</sup> デザート(黄桃缶)	米飯 さばの塩焼き もずく和え じやこビーマン 味噌汁(玉ねぎ・人参)	豆腐のナゲット
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ーリース炒め 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
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
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 チジケン菜のピクルス 味噌汁(キャベツ)	米飯 しまほっけの塩麹焼き カリフラワーのバーニャカウダ 和え 茄子の煮物 清汁(トロロ昆布・ねぎ)	ごぼうのそぼろ煮
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 しづなのお浸し 味噌汁(大根・ねぎ)	米飯 牛肉のカレー炒め オクラの和え物 卯の花 味噌汁(春菊)	れんこん金平
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
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
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 きつまいもの煮物 味噌汁(玉ねぎ・人参)	ミニお好み焼き
1/31 (水)	米飯 スグランブルエッグ 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

## <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 : 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 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	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)
夕食	エネルギー - 447 kcal 蛋白質 25.2 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 24.4 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
	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
単品小	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
	清汁(そうめん・みつば)	清汁(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 - 621 kcal 蛋白質 18.0 g 脂質 15.6 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 18.9 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 - 628 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
	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
単品小	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 - 86 kcal 蛋白質 0.9 g 脂質 7.1 g	エネルギー - 77 kcal 蛋白質 1.9 g 脂質 3.5 g	エネルギー - 92 kcal 蛋白質 2.4 g 脂質 0.2 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
	エネルギー - 1513 kcal 蛋白質 59.6 g 脂質 31.9 g	エネルギー - 1353 kcal 蛋白質 56.0 g 脂質 17.2 g	エネルギー - 1511 kcal 蛋白質 48.7 g 脂質 38.4 g	エネルギー - 1572 kcal 蛋白質 49.6 g 脂質 40.4 g	エネルギー - 1457 kcal 蛋白質 62.9 g 脂質 30.7 g	エネルギー - 1601 kcal 蛋白質 50.7 g 脂質 54.8 g	エネルギー - 1572 kcal 蛋白質 61.3 g 脂質 41.0 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 : 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						
	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
	エネルギー - 324 kcal 蛋白質 7.7 g	エネルギー - 394 kcal 蛋白質 10.3 g	エネルギー - 379 kcal 蛋白質 11.0 g	エネルギー - 410 kcal 蛋白質 13.5 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 - 331 kcal 蛋白質 7.1 g
	脂質 6.6 g	脂質 11.5 g	脂質 10.0 g	脂質 12.9 g	脂質 12.8 g	脂質 11.1 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風あんかけ	◆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)
	エネルギー - 601 kcal 蛋白質 26.8 g	エネルギー - 492 kcal 蛋白質 16.5 g	エネルギー - 746 kcal 蛋白質 22.6 g	エネルギー - 543 kcal 蛋白質 23.6 g	エネルギー - 504 kcal 蛋白質 21.9 g	エネルギー - 637 kcal 蛋白質 21.9 g	エネルギー - 511 kcal 蛋白質 20.7 g
夕食	脂質 24.0 g	脂質 9.6 g	脂質 33.1 g	脂質 13.1 g	脂質 13.3 g	脂質 12.9 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	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)
単品小	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)	
	エネルギー - 610 kcal 蛋白質 26.5 g	エネルギー - 484 kcal 蛋白質 21.9 g	エネルギー - 421 kcal 蛋白質 19.3 g	エネルギー - 623 kcal 蛋白質 25.3 g	エネルギー - 439 kcal 蛋白質 19.8 g	エネルギー - 507 kcal 蛋白質 14.8 g	エネルギー - 478 kcal 蛋白質 14.4 g
	脂質 20.7 g	脂質 12.4 g	脂質 4.1 g	脂質 20.5 g	脂質 4.4 g	脂質 13.9 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
	エネルギー - 13 kcal 蛋白質 0.8 g	エネルギー - 26 kcal 蛋白質 1.2 g	エネルギー - 33 kcal 蛋白質 1.2 g	エネルギー - 35 kcal 蛋白質 2.6 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
	脂質 0.1 g	脂質 0.4 g	脂質 2.3 g	脂質 1.0 g	脂質 2.5 g	脂質 0.1 g	脂質 2.9 g
	エネルギー - 1548 kcal 蛋白質 61.8 g	エネルギー - 1396 kcal 蛋白質 49.9 g	エネルギー - 1579 kcal 蛋白質 54.1 g	エネルギー - 1611 kcal 蛋白質 65.0 g	エネルギー - 1381 kcal 蛋白質 53.4 g	エネルギー - 1534 kcal 蛋白質 45.1 g	エネルギー - 1408 kcal 蛋白質 45.2 g
	脂質 51.4 g	脂質 33.9 g	脂質 49.5 g	脂質 47.5 g	脂質 33.0 g	脂質 38.0 g	脂質 25.2 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 : 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	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
	エネルギー - 315 kcal 蛋白質 7.4 g	エネルギー - 414 kcal 蛋白質 7.5 g	エネルギー - 383 kcal 蛋白質 9.7 g	エネルギー - 412 kcal 蛋白質 15.3 g	エネルギー - 394 kcal 蛋白質 6.7 g	エネルギー - 357 kcal 蛋白質 9.7 g	エネルギー - 404 kcal 蛋白質 13.9 g
昼食	脂質 5.3 g	脂質 11.8 g	脂質 9.8 g	脂質 13.7 g	脂質 11.8 g	脂質 7.5 g	脂質 12.8 g
	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
夕食	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)
	エネルギー - 646 kcal 蛋白質 18.7 g	エネルギー - 677 kcal 蛋白質 16.4 g	エネルギー - 521 kcal 蛋白質 19.9 g	エネルギー - 421 kcal 蛋白質 18.9 g	エネルギー - 517 kcal 蛋白質 20.8 g	エネルギー - 693 kcal 蛋白質 20.8 g	エネルギー - 545 kcal 蛋白質 21.4 g
	脂質 28.3 g	脂質 23.2 g	脂質 13.0 g	脂質 5.6 g	脂質 16.2 g	脂質 27.6 g	脂質 13.3 g
	米飯	米飯	米飯	ひじきの炊き込みご飯	米飯	米飯	米飯
単品小	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
	エネルギー - 499 kcal 蛋白質 20.9 g	エネルギー - 464 kcal 蛋白質 19.2 g	エネルギー - 720 kcal 蛋白質 26.5 g	エネルギー - 612 kcal 蛋白質 31.1 g	エネルギー - 517 kcal 蛋白質 21.7 g	エネルギー - 478 kcal 蛋白質 20.5 g	エネルギー - 445 kcal 蛋白質 18.4 g
	脂質 13.0 g	脂質 8.9 g	脂質 25.8 g	脂質 16.1 g	脂質 10.0 g	脂質 12.1 g	脂質 10.5 g
	ブロッコリーのおかか和え	じゃがいもの炒め物	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	エネルギー - 73 kcal 蛋白質 1.7 g	エネルギー - 71 kcal 蛋白質 0.9 g	エネルギー - 57 kcal 蛋白質 2.0 g	エネルギー - 58 kcal 蛋白質 1.7 g	エネルギー - 67 kcal 蛋白質 2.4 g	エネルギー - 82 kcal 蛋白質 1.6 g
	脂質 0.2 g	脂質 3.8 g	脂質 3.5 g	脂質 3.7 g	脂質 1.2 g	脂質 5.2 g	脂質 5.1 g
	エネルギー - 1484 kcal 蛋白質 49.1 g	エネルギー - 1628 kcal 蛋白質 44.8 g	エネルギー - 1695 kcal 蛋白質 57.0 g	エネルギー - 1502 kcal 蛋白質 67.3 g	エネルギー - 1486 kcal 蛋白質 50.9 g	エネルギー - 1595 kcal 蛋白質 53.4 g	エネルギー - 1476 kcal 蛋白質 55.3 g
	脂質 46.8 g	脂質 47.7 g	脂質 52.1 g	脂質 39.1 g	脂質 39.2 g	脂質 52.4 g	脂質 41.7 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 : 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 脂質 7.9 g	エネルギー - 332 kcal 蛋白質 7.8 g 脂質 6.4 g	エネルギー - 339 kcal 蛋白質 8.4 g 脂質 7.0 g	エネルギー - 415 kcal 蛋白質 7.7 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)	
夕食	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 - 574 kcal 蛋白質 23.6 g 脂質 14.6 g	エネルギー - 524 kcal 蛋白質 23.6 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	カリフラワーのバニマスタード和え	オクラの和え物	はくさいの浅漬け
単品小	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 25.6 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 26.2 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 - 425 kcal 蛋白質 19.0 g 脂質 9.0 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 21.5 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
単品小	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
	エネルギー - 1540 kcal 蛋白質 60.1 g 脂質 46.2 g	エネルギー - 1450 kcal 蛋白質 47.6 g 脂質 45.9 g	エネルギー - 1567 kcal 蛋白質 53.2 g 脂質 46.2 g	エネルギー - 1710 kcal 蛋白質 48.7 g 脂質 52.1 g	エネルギー - 1371 kcal 蛋白質 51.7 g 脂質 31.7 g	エネルギー - 1653 kcal 蛋白質 56.7 g 脂質 48.0 g	エネルギー - 1586 kcal 蛋白質 55.6 g 脂質 55.0 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 : 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 脂質 8.4 g	エネルギー - 364 kcal 蛋白質 7.9 g 脂質 9.4 g	エネルギー - 405 kcal 蛋白質 14.1 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)				
夕食	エネルギー - 506 kcal 蛋白質 13.1 g 脂質 3.9 g	エネルギー - 472 kcal 蛋白質 20.3 g 脂質 12.8 g	エネルギー - 499 kcal 蛋白質 12.3 g 脂質 13.9 g				
	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				
単品小	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 - 591 kcal 蛋白質 24.8 g 脂質 17.0 g	エネルギー - 496 kcal 蛋白質 20.7 g 脂質 4.5 g	エネルギー - 580 kcal 蛋白質 18.2 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				
小	エネルギー - 72 kcal 蛋白質 1.0 g 脂質 5.1 g	エネルギー - 35 kcal 蛋白質 1.3 g 脂質 0.5 g	エネルギー - 56 kcal 蛋白質 2.5 g 脂質 2.7 g				
	エネルギー - 1524 kcal 蛋白質 46.3 g 脂質 34.4 g	エネルギー - 1367 kcal 蛋白質 50.2 g 脂質 27.2 g	エネルギー - 1540 kcal 蛋白質 47.1 g 脂質 40.5 g				