

月間献立予定表

デリケア備菜工場

日付	朝食	昼食	夕食	小鉢 デザート
2/1 (火)	米飯 こぼろの炒め煮 ビーンズサラダ	米飯 カレイの西京焼き 春菊の和え物 清し汁(椎茸・ねぎ)	米飯 豚肉のオイスターソース炒め 長芋の梅肉和え 卵の花 味噌汁(はくさい)	煮奴 デザート(みかん)
2/2 (水)	米飯 オムレツ カリフラワーのドレッシング和え	米飯 鶏肉の天ぷら アツアツえんどうのきなこ和え 味噌汁(えのき・ねぎ)	米飯 ぶり大根 もずく和え しろな炒め物 味噌汁(玉ねぎ・人参)	のり塩ポテト デザート(ヤクルト)
2/3 (木)	米飯 アスパラのソテー オニオンサラダ	米飯 牛肉の炒め物 いんげんの昆布和え 味噌汁(あおさ)	散らし寿司 小松菜のお浸し 五目煮豆 清し汁(かまぼこ・みつば)	かぶの煮物 デザート(プリン)
2/4 (金)	米飯 かぼちゃサラダ ほうれん草のソテー	米飯 メバルの南部焼き フロッコリーのおかか和え 味噌汁(キャベツ)	米飯 八宝菜 もやし香味和え 肉まん 中華スープ	厚焼き卵 デザート(りんご缶)
2/5 (土)	米飯 卵とじ キャベツの炒め物	米飯 きつねうどん チンゲン菜の胡麻和え デザート(みかん缶)	米飯 さばの味噌煮 カリフラワーのハーベスト和え 茄子の揚げ浸し 清し汁(トコロ昆布・ねぎ)	長芋の甘辛炒め デザート(抹茶ゼリー)
2/6 (日)	米飯 温野菜サラダ きのこソテー	米飯 白身魚の香り揚げ きゅうりとかに梅酢の酢の物 味噌汁(大根・ねぎ)	あさりご飯 豚ハラとかいらの煮物 オクラと湯葉の和え物 味噌汁(春菊)	れんこん金平 デザート(オレンジゼリー)
2/7 (月)	米飯 マカロニサラダ フロッコリーのソテー	米飯 他人とじ 小松菜のかき醤油和え 味噌汁(かぼちゃ・ねぎ)	米飯 赤魚の幽庵焼き はくさいの湯揚げ ピーマンの炒め物 清し汁(そうめん・ねぎ)	ひじきの煮物 デザート(クレープゼリー)
2/8 (火)	米飯 ベーコンエッグ スナッフえんどうの炒め物	米飯 寄せ鍋 アスパラのピーナツ和え 味噌汁(わかめ・ねぎ)	米飯 タラのトマトソースかけ 大根のドレッシング和え ほうれん草のソテー コンソメスープ	焼きじゃが デザート(紅茶ゼリー)
2/9 (水)	米飯 チンゲン菜のソテー こぼろサラダ	米飯 海鮮焼きそば 春菊のお浸し 味噌汁(さつまいも・ねぎ)	米飯 麻婆茄子 チョレキサラダ 蒸ししゅうまい 中華スープ	卵の花 デザート(青りんごゼリー)
2/10 (木)	米飯 オムレツ じゃこピーマン	米飯 鮭の酒粕焼き もずく和え 清し汁(しめじ・ねぎ)	米飯 豚肉の甘辛炒め フロッコリーのからし和え 豆腐のフライ 味噌汁(油揚げ・ねぎ)	切干大根の煮物 デザート(ヤクルト)
2/11 (金)	米飯 肉団子のコンソメ煮 アスパラの炒め物	米飯 筑前煮 きゅうりのゆかり和え 味噌汁(ほうれん草)	米飯 あじの焼き南蛮漬け 小松菜の和え物 長芋の醤油炒め 味噌汁(なめこ・ねぎ)	カリフラワーのソテー デザート(プリン)
2/12 (土)	米飯 じゃがいものソテー オニオンサラダ	米飯 ホキの西京焼き しろなの磯辺和え 清し汁(豆腐・ねぎ)	米飯 牛肉の山椒炒め いんげんの梅肉和え かぼちゃの煮物 味噌汁(大根・ねぎ)	大豆桜えび デザート(みかん)
2/13 (日)	米飯 さつまいもサラダ キャベツの炒め物	大豆のお肉のキーマカレー スナッフえんどうのチーズ和え デザート(ヨーグルト)	米飯 しまほっけの塩麹焼き はくさいのこま油和え ほうろふ天ぷら 味噌汁(わかめ・ねぎ)	ピーマンのソテー デザート(いちごゼリー)
2/14 (月)	米飯 スクランブルエッグ 大根サラダ	米飯 鴨そば フロッコリーのおかか和え デザート(黄桃缶)	米飯 豚肉のはちみつ炒め きゅうりとしらすの酢の物 茄子の煮物 味噌汁(里芋・ねぎ)	きのこソテー デザート(チョコバナナ)
2/15 (火)	米飯 カリフラワーのクリーム煮 いんげんのソテー	米飯 鶏肉のトウチジャン炒め もやしの中華和え ワンドンスープ	米飯 ぶりの煮つけ しろなのお浸し ひじきのそぼろ煮 味噌汁(玉ねぎ・人参)	海鮮ねぎ焼き デザート(オレンジゼリー)

月間献立予定表

デリケア備菜工場

日付	朝食	昼食	夕食	小鉢
				デザート
2/16 (水)	米飯 卵とじ 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 野菜コロッケ 清し汁(トコロ昆布・ねぎ)	れんこんの炒め物 デザート(紅茶ゼリー)
2/17 (木)	米飯 マカロニサラダ スナッフえんどうの炒め物	米飯 カレイの野菜あんかけ チンゲン菜の香味和え 味噌汁(かぼちゃ・ねぎ)	米飯 鶏肉のオレンジマーマレード焼き トマトのマリネ のり塩ポテト ポタージュ	茄子のケチャップ炒め デザート(クレープゼリー)
2/18 (金)	米飯 オムレツ こほうサラダ	米飯 牛肉のオイスターソース炒め いんげんのピーナツ和え 味噌汁(あおさ)	米飯 グリッピーと桜エビの混ぜご飯 いかと里芋の煮物 春菊の柚子和え 味噌汁(しめじ・ねぎ)	卵の花 デザート(青りんごゼリー)
2/19 (土)	米飯 ウィンナーのコンソメ煮 アスパラの炒め物	米飯 白身魚の桜揚げ ほうれん草のソテー 味噌汁(わかめ・ねぎ)	米飯 豆腐ハンバーグ もずく和え ピーマンとちくわの甘辛炒め 味噌汁(はくさい)	長芋のしば漬け和え デザート(ヤクルト)
2/20 (日)	米飯 ハムエッグ しろなの塩だれ炒め	米飯 カリバタチキン きゅうりのサラダ コンソメスープ	米飯 さわらの幽庵焼き チンゲン菜のからし和え 大豆の煮物 味噌汁(油揚げ・ねぎ)	たらこスパゲティ デザート(プリン)
2/21 (月)	米飯 さつまいもサラダ キャベツのソテー	米飯 さばの生煮煮 春菊の磯辺和え 味噌汁(豆腐・ねぎ)	米飯 ◆大豆のお肉のおろしポン酢がけ スナッフえんどうのごま油和え かぼちゃの煮物 味噌汁(えのき・ねぎ)	金平ごぼう デザート(りんご缶)
2/22 (火)	米飯 スクランブルエッグ 大根サラダ	米飯 芋子煮 オクラの梅おかか和え 味噌汁(なめこ・ねぎ)	米飯 鮭のちゃんちゃん焼き 小松菜の和え物 かぶの煮物 清し汁(そうめん・ねぎ)	ミニお好み焼き デザート(いちごゼリー)
2/23 (水)	米飯 チキンボールのクリーム煮 いんげんのカレーソテー	米飯 めじフライ しろなの胡麻和え 味噌汁(椎茸・ねぎ)	米飯 肉豆腐 きゅうりのゆかり和え 茄子の炒め物 味噌汁(大根・ねぎ)	ひじきの煮物 デザート(抹茶ゼリー)
2/24 (木)	米飯 ピーマンの炒め物 ビーンズサラダ	米飯 ピビンパ丼 カリフラワーのハニーマスタード和え わかめスープ	米飯 ◆油麩の卵とじ ◆笹かまぼこ 春菊の煮浸し 味噌汁(あおさ)	揚げない大学いも デザート(オレンジゼリー)
2/25 (金)	米飯 マカロニソテー ブロッコリーのドレッシング和え	米飯 ホキの味噌漬け焼き もずく和え 清し汁(竹の子・ねぎ)	米飯 豚肉の照りマヨ炒め アスパラのレモン和え 厚揚げの煮物 味噌汁(かぼちゃ・ねぎ)	蒸ししゅうまい デザート(みかん)
2/26 (土)	米飯 茄子のミートソース煮 スナッフえんどうのソテー	米飯 おでん はくさいの浅漬け 味噌汁(玉ねぎ・人参)	米飯 きのこご飯 鶏肉の塩麹焼き しろなの香味和え 味噌汁(里芋・ねぎ)	卵の花 デザート(紅茶ゼリー)
2/27 (日)	米飯 ウィンナーのコンソメ煮 のり塩ポテト	米飯 かぼちゃコロッケ ほうれん草とたくあんの炒め物 味噌汁(えのき・ねぎ)	米飯 肉団子の甘酢あん サーサイ和え もやしのおイスターソース炒め 中華スープ	胡麻豆腐 デザート(ヤクルト)
2/28 (月)	米飯 卵とじ 小松菜の炒め物	米飯 ハヤシライス ハフリカのピクルス デザート(ヨーグルト)	米飯 タラと野菜の特製こまだれ オクラと湯葉の和え物 長芋の醤油炒め 味噌汁(はくさい)	アスパラのソテー デザート(プリン)

献立表

2022/11/08

現場 : デリケア(株)茨木工場

献立種類 : 食材(通常/A)

年月日 : 2022年2月1日(火) ~ 2022年2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
	ごぼうの炒め煮	オムレツ	アスパラのソテー	かぼちゃサラダ	卵とじ	温野菜サラダ	マカロニサラダ
	ビーンズサラダ	カリフラワーのドレッシング和え	オニオンサラダ	ほうれん草のソテー	キャベツの炒め物	きのこソテー	ブロッコリーのソテー
	エネルギー 429 kcal 蛋白質 9.6 g 脂質 12.8 g 食塩 1.0 g	エネルギー 369 kcal 蛋白質 11.4 g 脂質 7.7 g 食塩 1.2 g	エネルギー 361 kcal 蛋白質 8.4 g 脂質 9.3 g 食塩 0.9 g	エネルギー 405 kcal 蛋白質 7.7 g 脂質 10.8 g 食塩 0.8 g	エネルギー 405 kcal 蛋白質 14.4 g 脂質 11.0 g 食塩 1.2 g	エネルギー 371 kcal 蛋白質 8.4 g 脂質 6.2 g 食塩 0.9 g	エネルギー 394 kcal 蛋白質 9.0 g 脂質 11.9 g 食塩 0.9 g
昼食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	カレイの西京焼き	鶏肉の天ぷら	牛肉の炒め物	メバルの南部焼き	きつねうどん	白身魚の香り揚げ	他人とじ
	春菊の和え物 清し汁(椎茸・ねぎ)	スナップえんどうのきなこマヨ和え 味噌汁(えのき・ねぎ)	いんげんの昆布和え 味噌汁(あおさ)	ブロッコリーのおかか和え 味噌汁(キャベツ)	チンゲン菜の胡麻和え デザート(みかん缶)	きゅうりとかに棒の酢の物 味噌汁(大根・ねぎ)	小松菜のかき醤油和え 味噌汁(かぼちゃ・ねぎ)
	エネルギー 405 kcal 蛋白質 22.8 g 脂質 2.4 g 食塩 3.1 g	エネルギー 708 kcal 蛋白質 24.7 g 脂質 30.6 g 食塩 2.0 g	エネルギー 520 kcal 蛋白質 20.3 g 脂質 16.8 g 食塩 2.3 g	エネルギー 434 kcal 蛋白質 21.7 g 脂質 7.3 g 食塩 2.6 g	エネルギー 489 kcal 蛋白質 12.0 g 脂質 3.8 g 食塩 3.3 g	エネルギー 547 kcal 蛋白質 20.0 g 脂質 16.0 g 食塩 1.8 g	エネルギー 651 kcal 蛋白質 23.4 g 脂質 24.0 g 食塩 3.4 g
夕食	米飯	米飯	散らし寿司	米飯	米飯	あさりご飯	米飯
	豚肉のオイスターソース炒め	ぶり大根	小松菜のお浸し	八宝菜	さばの味噌煮	豚バラとかぶらの煮物	赤魚の幽庵焼き
	長芋の梅肉和え 卵の花 味噌汁(はくさい)	もずく和え しろなの炒め物 味噌汁(玉ねぎ・人参)	五目煮豆 清し汁(かまぼこ・みつば)	もやしの香味和え 肉まん 中華スープ	カリフラワーのハニーマスタード和え 茄子の揚げ浸し 清し汁(トコロ昆布・ねぎ)	オクラと湯葉の和え物 味噌汁(春菊)	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)
	エネルギー 601 kcal 蛋白質 25.3 g 脂質 17.5 g 食塩 4.8 g	エネルギー 577 kcal 蛋白質 25.0 g 脂質 15.5 g 食塩 3.4 g	エネルギー 495 kcal 蛋白質 21.7 g 脂質 9.7 g 食塩 4.2 g	エネルギー 546 kcal 蛋白質 23.9 g 脂質 16.0 g 食塩 4.4 g	エネルギー 618 kcal 蛋白質 24.5 g 脂質 20.7 g 食塩 3.8 g	エネルギー 655 kcal 蛋白質 24.2 g 脂質 27.0 g 食塩 5.0 g	エネルギー 456 kcal 蛋白質 21.0 g 脂質 7.0 g 食塩 3.2 g
単品小	煮奴	のり塩ポテト	かぶの煮物	厚焼き卵	長芋の甘辛炒め	れんこん金平	ひじきの煮物
	エネルギー 37 kcal 蛋白質 2.3 g 脂質 1.2 g 食塩 0.4 g	エネルギー 38 kcal 蛋白質 0.8 g 脂質 0.1 g 食塩 0.3 g	エネルギー 25 kcal 蛋白質 0.8 g 脂質 0.1 g 食塩 0.3 g	エネルギー 69 kcal 蛋白質 4.6 g 脂質 4.5 g 食塩 0.7 g	エネルギー 95 kcal 蛋白質 2.4 g 脂質 6.0 g 食塩 0.6 g	エネルギー 62 kcal 蛋白質 0.8 g 脂質 2.5 g 食塩 0.4 g	エネルギー 51 kcal 蛋白質 1.7 g 脂質 2.5 g 食塩 0.9 g
単品デ	デザート(みかん)	デザート(ヤクルト)	デザート(プリン)	デザート(りんご缶)	デザート(抹茶ゼリー)	デザート(オレンジゼリー)	デザート(グレープゼリー)
	エネルギー 45 kcal 蛋白質 0.5 g 脂質 0.1 g 食塩 0.0 g	エネルギー 50 kcal 蛋白質 0.8 g 脂質 0.1 g 食塩 0.0 g	エネルギー 78 kcal 蛋白質 1.7 g 脂質 2.2 g 食塩 0.1 g	エネルギー 42 kcal 蛋白質 0.2 g 脂質 0.1 g 食塩 0.0 g	エネルギー 51 kcal 蛋白質 0.7 g 脂質 0.1 g 食塩 0.1 g	エネルギー 37 kcal 蛋白質 0.1 g 脂質 0.1 g 食塩 0.1 g	エネルギー 51 kcal 蛋白質 0.0 g 脂質 0.0 g 食塩 0.1 g
	エネルギー 1517 kcal 蛋白質 60.5 g 脂質 34.0 g 食塩 9.3 g	エネルギー 1742 kcal 蛋白質 62.7 g 脂質 54.0 g 食塩 6.9 g	エネルギー 1479 kcal 蛋白質 52.9 g 脂質 38.1 g 食塩 7.8 g	エネルギー 1496 kcal 蛋白質 58.1 g 脂質 38.7 g 食塩 8.5 g	エネルギー 1658 kcal 蛋白質 54.0 g 脂質 41.6 g 食塩 9.0 g	エネルギー 1672 kcal 蛋白質 53.5 g 脂質 51.8 g 食塩 8.2 g	エネルギー 1603 kcal 蛋白質 55.1 g 脂質 45.4 g 食塩 8.5 g

<献立表>

現場 : デリケア(株)茨木工場
 献立種類 : 食材(通常/A)
 年月日 : 2022年2月8日(火) ~ 2022年2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
	ベーコンエッグ	チンゲン菜のソテー	オムレツ	肉団子のコンソメ煮	じゃがいものソテー	さつまいもサラダ	スクランブルエッグ
	スナッパえんどうの炒め物	ごぼうサラダ	じゃこピーマン	アスパラの炒め物	オニオンサラダ	キャベツの炒め物	大根サラダ
	エネルギー 413 kcal 蛋白質 14.3 g 脂質 13.1 g 食塩 1.0 g	エネルギー 342 kcal 蛋白質 8.4 g 脂質 7.5 g 食塩 1.1 g	エネルギー 364 kcal 蛋白質 14.1 g 脂質 6.6 g 食塩 1.9 g	エネルギー 374 kcal 蛋白質 11.3 g 脂質 9.6 g 食塩 1.4 g	エネルギー 378 kcal 蛋白質 8.0 g 脂質 9.3 g 食塩 0.9 g	エネルギー 457 kcal 蛋白質 7.0 g 脂質 14.2 g 食塩 0.8 g	エネルギー 413 kcal 蛋白質 14.1 g 脂質 14.0 g 食塩 1.0 g
昼食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	寄せ鍋	海鮮焼きそば	鮭の酒粕焼き	筑前煮	ホキの西京焼き	大豆のお肉のキーマカレー	米飯
	アスパラのピーナツ和え	春菊のお浸し	もずく和え	きゅうりのゆかり和え	しろなの磯辺和え	スナッパえんどうのチーズ和え	鴨そば
	味噌汁(わかめ・ねぎ)	味噌汁(さつまいも・ねぎ)	清し汁(しめじ・ねぎ)	味噌汁(ほうれん草)	清し汁(豆腐・ねぎ)	デザート(ヨーグルト)	デザート(黄桃缶)
エネルギー 471 kcal 蛋白質 20.9 g 脂質 11.7 g 食塩 3.5 g	エネルギー 552 kcal 蛋白質 17.9 g 脂質 4.9 g 食塩 4.7 g	エネルギー 367 kcal 蛋白質 20.7 g 脂質 3.2 g 食塩 2.4 g	エネルギー 515 kcal 蛋白質 21.8 g 脂質 12.8 g 食塩 2.7 g	エネルギー 384 kcal 蛋白質 19.4 g 脂質 3.8 g 食塩 3.1 g	エネルギー 611 kcal 蛋白質 26.3 g 脂質 17.3 g 食塩 2.9 g	エネルギー 546 kcal 蛋白質 16.2 g 脂質 8.8 g 食塩 2.9 g	
夕食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	タラのトマトソースかけ	麻婆茄子	豚肉の甘辛炒め	あじの焼き南蛮漬け	牛肉の山椒炒め	しまほっけの塩麴焼き	豚肉のはちみつ炒め
	大根のドレッシング和え	チョレギサラダ	ブロッコリーのからし和え	小松菜の和え物	いんげんの梅肉和え	はくさいのごま油和え	きゅうりとしらすの酢の物
	ほうれん草のソテー	蒸ししゅうまい	豆腐のフライ	長芋の醤油炒め	かぼちやの煮物	ごぼうの天ぷら	茄子の煮物
エネルギー 432 kcal 蛋白質 20.1 g 脂質 8.8 g 食塩 2.7 g	エネルギー 580 kcal 蛋白質 16.4 g 脂質 23.5 g 食塩 3.7 g	エネルギー 655 kcal 蛋白質 27.0 g 脂質 22.6 g 食塩 3.4 g	エネルギー 521 kcal 蛋白質 22.2 g 脂質 9.3 g 食塩 3.8 g	エネルギー 580 kcal 蛋白質 22.2 g 脂質 16.7 g 食塩 3.7 g	エネルギー 450 kcal 蛋白質 18.5 g 脂質 9.9 g 食塩 2.7 g	エネルギー 556 kcal 蛋白質 24.2 g 脂質 13.5 g 食塩 3.4 g	
単品小	焼きじゃが	卵の花	切干大根の煮物	カリフラワーのソテー	大豆桜えび	ピーマンのソテー	きのこソテー
	エネルギー 60 kcal 蛋白質 1.1 g 脂質 0.1 g 食塩 0.7 g	エネルギー 68 kcal 蛋白質 2.0 g 脂質 4.0 g 食塩 0.7 g	エネルギー 49 kcal 蛋白質 1.3 g 脂質 1.4 g 食塩 0.4 g	エネルギー 73 kcal 蛋白質 2.8 g 脂質 6.0 g 食塩 0.5 g	エネルギー 83 kcal 蛋白質 7.4 g 脂質 3.1 g 食塩 0.8 g	エネルギー 45 kcal 蛋白質 1.4 g 脂質 2.5 g 食塩 0.4 g	エネルギー 39 kcal 蛋白質 1.8 g 脂質 2.3 g 食塩 0.6 g
単品デ	デザート(紅茶ゼリー)	デザート(青りんごゼリー)	デザート(ヤクルト)	デザート(プリン)	デザート(みかん)	デザート(いちごゼリー)	デザート(チョコバナナ)
	エネルギー 41 kcal 蛋白質 0.0 g 脂質 0.0 g 食塩 0.1 g	エネルギー 37 kcal 蛋白質 0.1 g 脂質 0.1 g 食塩 0.1 g	エネルギー 50 kcal 蛋白質 0.8 g 脂質 0.1 g 食塩 0.0 g	エネルギー 78 kcal 蛋白質 1.7 g 脂質 2.2 g 食塩 0.1 g	エネルギー 45 kcal 蛋白質 0.5 g 脂質 0.1 g 食塩 0.0 g	エネルギー 41 kcal 蛋白質 0.0 g 脂質 0.0 g 食塩 0.1 g	エネルギー 80 kcal 蛋白質 0.9 g 脂質 0.5 g 食塩 0.0 g
	エネルギー 1417 kcal 蛋白質 56.4 g 脂質 33.7 g 食塩 8.0 g	エネルギー 1579 kcal 蛋白質 44.8 g 脂質 40.0 g 食塩 10.3 g	エネルギー 1485 kcal 蛋白質 63.9 g 脂質 33.9 g 食塩 8.1 g	エネルギー 1561 kcal 蛋白質 59.8 g 脂質 39.9 g 食塩 8.5 g	エネルギー 1470 kcal 蛋白質 57.5 g 脂質 33.0 g 食塩 8.5 g	エネルギー 1604 kcal 蛋白質 53.2 g 脂質 43.9 g 食塩 6.9 g	エネルギー 1634 kcal 蛋白質 57.2 g 脂質 39.1 g 食塩 7.9 g

<献立表>

現場 : デリケア(株)茨木工場
 献立種類 : 食材(通常/A)
 年月日 : 2022年2月15日(火) ~ 2022年2月21日(月)

	火 15	水 16	木 17	金 18	土 19	日 20	月 21
朝食	米飯 カリフラワーのクリーム煮 いんげんのソテー	米飯 卵とじ ビーンズサラダ	米飯 マカロニサラダ スナッペンとうの炒め物	米飯 オムレツ ごぼうサラダ	米飯 ウインナーのコンソメ煮 アスパラの炒め物	米飯 ハムエッグ しろなの塩だれ炒め	米飯 さつまいもサラダ キャベツのソテー
	エネルギー 343 kcal 蛋白質 8.8 g 脂質 7.7 g 食塩 1.2 g	エネルギー 424 kcal 蛋白質 14.4 g 脂質 11.2 g 食塩 1.0 g	エネルギー 386 kcal 蛋白質 8.9 g 脂質 10.3 g 食塩 0.7 g	エネルギー 362 kcal 蛋白質 11.5 g 脂質 6.6 g 食塩 1.1 g	エネルギー 364 kcal 蛋白質 8.8 g 脂質 10.2 g 食塩 1.2 g	エネルギー 384 kcal 蛋白質 13.0 g 脂質 11.7 g 食塩 1.0 g	エネルギー 459 kcal 蛋白質 7.0 g 脂質 14.2 g 食塩 1.0 g
昼食	米飯 鶏肉のトウチジャン炒め もやしの中華和え ワントンスープ	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 カレイの野菜あんかけ チンゲン菜の香味和え 味噌汁(かぼちゃ・ねぎ)	米飯 牛肉のオイスターソース炒め いんげんのピーナツ和え 味噌汁(あおさ)	米飯 白身魚の桜揚げ ほうれん草のソテー 味噌汁(わかめ・ねぎ)	米飯 ガリパタチキン きゅうりのサラダ コンソメスープ	米飯 さばの生姜煮 春菊の磯辺和え 味噌汁(豆腐・ねぎ)
	エネルギー 576 kcal 蛋白質 22.7 g 脂質 19.3 g 食塩 3.6 g	エネルギー 445 kcal 蛋白質 20.1 g 脂質 7.0 g 食塩 2.9 g	エネルギー 510 kcal 蛋白質 23.7 g 脂質 10.2 g 食塩 3.2 g	エネルギー 591 kcal 蛋白質 22.7 g 脂質 22.3 g 食塩 3.6 g	エネルギー 561 kcal 蛋白質 23.3 g 脂質 19.2 g 食塩 1.8 g	エネルギー 516 kcal 蛋白質 21.7 g 脂質 15.2 g 食塩 3.0 g	エネルギー 515 kcal 蛋白質 24.0 g 脂質 11.6 g 食塩 3.8 g
夕食	米飯 ぶりの煮つけ しろなのお浸し ひじきのそぼろ煮 味噌汁(玉ねぎ・人参)	米飯 メバルの照り焼き ほうれん草の酢味噌和え 野菜コロッケ 清し汁(トロロ昆布・ねぎ)	米飯 鶏肉のオレンジマーメレード焼き トマトのマリネ のり塩ポテト ポターージュ	ケリンピースと桜エビの混ぜご飯 いかと里芋の煮物 春菊の柚子和え 味噌汁(しめじ・ねぎ)	米飯 豆腐ハンバーグ もずく和え ピーマンとちくわの甘辛炒め 味噌汁(はくさい)	米飯 さわらの幽庵焼き チンゲン菜のからし和え 大豆の煮物 味噌汁(油揚げ・ねぎ)	米飯 ◆大豆のお肉のおろしポン酢がけ スナッペンとうのごま油和え かぼちゃの煮物 味噌汁(えのき・ねぎ)
	エネルギー 611 kcal 蛋白質 26.2 g 脂質 18.6 g 食塩 4.4 g	エネルギー 524 kcal 蛋白質 22.0 g 脂質 9.2 g 食塩 2.5 g	エネルギー 641 kcal 蛋白質 24.4 g 脂質 19.1 g 食塩 3.7 g	エネルギー 506 kcal 蛋白質 28.4 g 脂質 6.0 g 食塩 4.0 g	エネルギー 448 kcal 蛋白質 15.8 g 脂質 8.3 g 食塩 3.4 g	エネルギー 519 kcal 蛋白質 26.5 g 脂質 12.0 g 食塩 3.3 g	エネルギー 502 kcal 蛋白質 18.9 g 脂質 8.7 g 食塩 3.4 g
単品小	海鮮ねぎ焼き	れんこんの炒め物	茄子のケチャップ炒め	卵の花	長芋のしば漬け和え	たらこスパゲティ	金平ごぼう
	エネルギー 39 kcal 蛋白質 1.6 g 脂質 1.0 g 食塩 0.6 g	エネルギー 91 kcal 蛋白質 2.1 g 脂質 5.3 g 食塩 0.6 g	エネルギー 41 kcal 蛋白質 0.8 g 脂質 2.1 g 食塩 0.5 g	エネルギー 68 kcal 蛋白質 2.0 g 脂質 4.0 g 食塩 0.7 g	エネルギー 28 kcal 蛋白質 1.0 g 脂質 0.1 g 食塩 0.2 g	エネルギー 88 kcal 蛋白質 3.0 g 脂質 2.9 g 食塩 0.8 g	エネルギー 71 kcal 蛋白質 1.6 g 脂質 2.9 g 食塩 0.5 g
単品デ	デザート(オレンジゼリー)	デザート(紅茶ゼリー)	デザート(グレープゼリー)	デザート(青りんごゼリー)	デザート(ヤクルト)	デザート(プリン)	デザート(りんご缶)
	エネルギー 37 kcal 蛋白質 0.1 g 脂質 0.1 g 食塩 0.1 g	エネルギー 41 kcal 蛋白質 0.0 g 脂質 0.0 g 食塩 0.1 g	エネルギー 51 kcal 蛋白質 0.0 g 脂質 0.0 g 食塩 0.1 g	エネルギー 37 kcal 蛋白質 0.1 g 脂質 0.1 g 食塩 0.1 g	エネルギー 50 kcal 蛋白質 0.8 g 脂質 0.1 g 食塩 0.0 g	エネルギー 78 kcal 蛋白質 1.7 g 脂質 2.2 g 食塩 0.1 g	エネルギー 42 kcal 蛋白質 0.2 g 脂質 0.1 g 食塩 0.0 g
	エネルギー 1606 kcal 蛋白質 59.4 g 脂質 46.7 g 食塩 9.9 g	エネルギー 1525 kcal 蛋白質 58.6 g 脂質 32.7 g 食塩 7.1 g	エネルギー 1629 kcal 蛋白質 57.8 g 脂質 41.7 g 食塩 8.2 g	エネルギー 1564 kcal 蛋白質 64.7 g 脂質 39.0 g 食塩 9.5 g	エネルギー 1451 kcal 蛋白質 49.7 g 脂質 37.9 g 食塩 6.6 g	エネルギー 1585 kcal 蛋白質 65.9 g 脂質 44.0 g 食塩 8.2 g	エネルギー 1589 kcal 蛋白質 51.7 g 脂質 37.5 g 食塩 8.7 g

<献立表>

現場 : デリケア(株)茨木工場
 献立種類 : 食材(通常/A)
 年月日 : 2022年2月22日(火) ~ 2022年2月28日(月)

	火 22	水 23	木 24	金 25	土 26	日 27	月 28
朝食	米飯 スクランブルエッグ 大根サラダ	米飯 チキンボールのクリーム煮 いんげんのカレーソテー	米飯 ピーマンの炒め物 ビーンズサラダ	米飯 マカロニソテー ブロッコリーのドレッシング和え	米飯 茄子のミートソース煮 スナッパえんどうのソテー	米飯 ウインナーのコンソメ煮 のり塩ポテト	米飯 卵とじ 小松菜の炒め物
	エネルギー 413 kcal 蛋白質 14.1 g 脂質 14.0 g 食塩 1.0 g	エネルギー 375 kcal 蛋白質 9.9 g 脂質 8.9 g 食塩 1.5 g	エネルギー 386 kcal 蛋白質 9.1 g 脂質 10.3 g 食塩 1.0 g	エネルギー 375 kcal 蛋白質 9.4 g 脂質 8.0 g 食塩 1.0 g	エネルギー 348 kcal 蛋白質 8.4 g 脂質 7.9 g 食塩 0.9 g	エネルギー 332 kcal 蛋白質 7.2 g 脂質 4.4 g 食塩 1.0 g	エネルギー 385 kcal 蛋白質 15.4 g 脂質 9.3 g 食塩 1.0 g
	米飯 芋子煮 オクラの梅おかか和え 味噌汁(なめこ・ねぎ)	米飯 あじフライ しろなの胡麻和え 味噌汁(椎茸・ねぎ)	ピビンバ丼 カリフラワーのハニーマスタード和え わかめスープ	米飯 ホキの味噌漬け焼き もずく和え 清し汁(竹の子・ねぎ)	米飯 おでん はくさいの浅漬け 味噌汁(玉ねぎ・人参)	米飯 かぼちゃコロッケ ほうれん草とたくあんの炒め物 味噌汁(えのき・ねぎ)	ハヤシライス パプリカのピクルス デザート(ヨーグルト)
	エネルギー 594 kcal 蛋白質 17.3 g 脂質 17.7 g 食塩 3.7 g	エネルギー 462 kcal 蛋白質 14.2 g 脂質 9.6 g 食塩 3.3 g	エネルギー 502 kcal 蛋白質 16.8 g 脂質 18.4 g 食塩 3.0 g	エネルギー 379 kcal 蛋白質 18.7 g 脂質 2.2 g 食塩 2.2 g	エネルギー 461 kcal 蛋白質 18.7 g 脂質 8.2 g 食塩 3.6 g	エネルギー 484 kcal 蛋白質 10.0 g 脂質 13.4 g 食塩 2.3 g	エネルギー 705 kcal 蛋白質 17.4 g 脂質 29.1 g 食塩 3.5 g
夕食	米飯 鮭のちゃんちゃん焼き 小松菜の和え物 かぶの煮物 清し汁(そうめん・ねぎ)	米飯 肉豆腐 きゅうりのゆかり和え 茄子の炒め物 味噌汁(大根・ねぎ)	米飯 ◆油麩の卵とじ ◆笹かまぼこ 春菊の煮浸し 味噌汁(あおさ)	米飯 豚肉の照りマヨ炒め アスパラのレモン和え 厚揚げの煮物 味噌汁(かぼちゃ・ねぎ)	きのこご飯 鶏肉の塩麩焼き しろなの香味和え 味噌汁(里芋・ねぎ)	米飯 肉団子の甘酢あん ザーサイ和え もやしのオイスターソース炒め 中華スープ	米飯 タラと野菜の特製ごまだれ オクラと湯葉の和え物 長芋の醤油炒め 味噌汁(はくさい)
	エネルギー 468 kcal 蛋白質 24.6 g 脂質 5.4 g 食塩 3.4 g	エネルギー 590 kcal 蛋白質 27.4 g 脂質 17.9 g 食塩 2.9 g	エネルギー 585 kcal 蛋白質 22.8 g 脂質 8.8 g 食塩 4.9 g	エネルギー 638 kcal 蛋白質 29.7 g 脂質 20.3 g 食塩 2.4 g	エネルギー 558 kcal 蛋白質 26.5 g 脂質 18.0 g 食塩 5.0 g	エネルギー 643 kcal 蛋白質 23.5 g 脂質 19.6 g 食塩 7.3 g	エネルギー 502 kcal 蛋白質 23.0 g 脂質 12.8 g 食塩 2.9 g
	ミニお好み焼き	ひじきの煮物	揚げない大学いも	蒸ししゅうまい	卵の花	胡麻豆腐	アスパラのソテー
	エネルギー 35 kcal 蛋白質 1.3 g 脂質 0.5 g 食塩 0.5 g	エネルギー 55 kcal 蛋白質 1.7 g 脂質 3.1 g 食塩 0.9 g	エネルギー 121 kcal 蛋白質 0.9 g 脂質 1.4 g 食塩 0.4 g	エネルギー 53 kcal 蛋白質 2.4 g 脂質 2.5 g 食塩 0.3 g	エネルギー 68 kcal 蛋白質 2.0 g 脂質 4.0 g 食塩 0.7 g	エネルギー 29 kcal 蛋白質 0.7 g 脂質 1.6 g 食塩 0.4 g	エネルギー 55 kcal 蛋白質 2.7 g 脂質 4.1 g 食塩 0.4 g
単品デザート	デザート(いちごゼリー)	デザート(抹茶ゼリー)	デザート(オレンジゼリー)	デザート(みかん)	デザート(紅茶ゼリー)	デザート(ヤクルト)	デザート(プリン)
	エネルギー 41 kcal 蛋白質 0.0 g 脂質 0.0 g 食塩 0.1 g	エネルギー 51 kcal 蛋白質 0.7 g 脂質 0.1 g 食塩 0.1 g	エネルギー 37 kcal 蛋白質 0.1 g 脂質 0.1 g 食塩 0.1 g	エネルギー 45 kcal 蛋白質 0.5 g 脂質 0.1 g 食塩 0.0 g	エネルギー 41 kcal 蛋白質 0.0 g 脂質 0.0 g 食塩 0.1 g	エネルギー 50 kcal 蛋白質 0.8 g 脂質 0.1 g 食塩 0.0 g	エネルギー 78 kcal 蛋白質 1.7 g 脂質 2.2 g 食塩 0.1 g
	エネルギー 1551 kcal 蛋白質 57.3 g 脂質 37.6 g 食塩 8.7 g	エネルギー 1533 kcal 蛋白質 53.9 g 脂質 39.6 g 食塩 8.7 g	エネルギー 1631 kcal 蛋白質 49.7 g 脂質 39.0 g 食塩 9.4 g	エネルギー 1490 kcal 蛋白質 60.7 g 脂質 33.1 g 食塩 5.9 g	エネルギー 1476 kcal 蛋白質 55.6 g 脂質 38.1 g 食塩 10.3 g	エネルギー 1538 kcal 蛋白質 42.2 g 脂質 39.1 g 食塩 11.0 g	エネルギー 1725 kcal 蛋白質 60.2 g 脂質 57.5 g 食塩 7.9 g