

明細献立表

A コース
令和元年10月24日木曜日

料理名／食品名	分量
わかめごはん	
精白米 (70g)	80
精白米 (80g)	80
精白米 (90g)	80
精白米(強化米)	0.25
わかめごはんの素	2.8
牛乳	
牛乳(200ml) (200ml)	206
豚汁	
炒め油(サラダ油)	0.4
かつおだしパック	2
豚もも(小間切れ)	15
人参	10
ごぼう(洗い)	8
短冊こんにゃく	8
大根	20
干しいたけ スライス	0.5
冷凍カット油揚げ	5
さといもスライス(チルド)	15
ねぎ	10
麦みそ・ヤマキ	5
米みそ・中沢	5
鶏肉のカレー唐揚げ	
鶏もも切り身(皮付)	50
おろししょうが	1
こいくちしょうゆ	3
合成清酒(料理酒)	2
カレー粉	0.6
でん粉(片栗粉)	9
油	4.6
小松菜サラダ	
人参	10
キャベツ	20
こまつな	20
たまねぎドレッシング(クラス)	
玉ねぎドレッシング(クラス)	5

A コース
令和元年10月25日金曜日

料理名／食品名	分量
中華麺	
中華麺 (70g)	80
中華麺 (80g)	80
中華麺 (90g)	80
牛乳	
牛乳(200ml) (200ml)	206
台湾ラーメン	
ごま油	0.6
豚ひき肉	20
おろししょうが	0.5
おろしにんにく	0.5
豆板醤	0.3
合成清酒(料理酒)	1
人参	15
冷凍にら	7
ねぎ	10
もやし	20
醤油ラーメンスープ・シャン	10
こいくちしょうゆ	6.5
食塩	0.3
混合こしょう	0.02
チンゲンサイ	7
でん粉(片栗粉)	1.5
にんじんしゅうまい②	
にんじんしゅうまい	36
水菜のサラダ	
水菜	15
人参	10
大根	25
ナムルドレッシング(クラス)	
ナムルドレッシング(クラス)	5

A コース
令和元年10月28日月曜日

料理名／食品名	分量
ごはん(精白米)	
精白米 (70g)	80
精白米 (80g)	80
精白米 (90g)	80
精白米(強化米)	0.25
牛乳	
牛乳(200ml) (200ml)	206
あさりと豆腐のみそ汁	
かつおだしパック	2
人参	15
冷凍あさり	15
冷凍豆腐ダイスカット	20
ねぎ	15
カットわかめ	0.6
米みそ・中沢	5.5
麦みそ・ヤマキ	5.5
里芋コロッケ	
さといもコロッケ	50
油	3.5
彩り豚丼の具	
炒め油(サラダ油)	0.4
豚もも(小間切れ)	40
おろししょうが	0.5
合成清酒(料理酒)	2
こいくちしょうゆ	2
玉ねぎ	25
人参	10
ごぼう(洗い)	10
しらたき	15
三温糖	3.8
こいくちしょうゆ	6
冷凍グリーンピース	4

A コース
令和元年10月29日火曜日

料理名／食品名	分量
ツイストパン(乳)	
ツイストパン (40g)	50
ツイストパン (50g)	50
ツイストパン (60g)	50
牛乳	
牛乳(200ml) (200ml)	206
パンプキンシチュー	
炒め油(サラダ油)	0.5
鶏むね(小間切れ)	15
玉ねぎ	20
人参	10
ダイスカぼちゃ	25
純パンプキン	25
コンソメ・ハルシーファーム	0.5
食塩	0.3
混合こしょう	0.02
シチューの素	13
調理用牛乳	20
サーモンのバジル焼き	
さけ切り身	40
白ワイン	2.5
こいくちしょうゆ	1
オリーブ油	1.5
バジル(乾燥)チップ	0.1
混合こしょう	0.02
パブリカサラダ	
キャベツ	40
冷凍ほうれん草	12
赤パブリカ(冷凍)	3
黄パブリカ(冷凍)	3
イタリアンドレッシング(クラス)	
イタリアンドレッシング(クラス)	5

A コース
令和元年10月30日水曜日

料理名／食品名	分量
ごはん(精白米)	
精白米 (70g)	80
精白米 (80g)	80
精白米 (90g)	80
精白米(強化米)	0.25
牛乳	
牛乳(200ml) (200ml)	206
いものこ汁	
かつおだしパック	2
豚もも(小間切れ)	15
大根	10
人参	10
冷凍さといも	20
ぶなしめじ	5
こいくちしょうゆ	3
食塩	0.5
ねぎ	10
タレかつ	
鶏むね切り身(皮無)	40
薄力粉 1等	7.5
混合こしょう	0.04
水	10
パン粉	10
油	7
こいくちしょうゆ	7
三温糖	5
本みりん	1.5
水	5
もやしのサラダ	
冷凍ほうれん草	20
人参	5
もやし	25
香味塩ドレッシング(クラス)	
香味塩ドレッシング(クラス)	5

