

## 明細献立表

Aコース  
令和2年3月2日月曜日

料理名/食品名	分量
酢飯	
精白米(70g)	80
精白米(80g)	80
精白米(90g)	80
精白米(強化米)	0.25
酢飯の素	11.4
牛乳	
牛乳(200ml)(200ml)	206
菜の花のすまし汁	
かつおだしパック	3
人参	8
カットわかめ	0.2
スクール系かまぼこ(ほぐ)	6
こいくちしょうゆ	2
食塩	0.7
カットえのき	5
冷凍豆腐ダイスカット	25
なばな(冷凍)	15
きびなごフライ②	
きびなごカリカリフライ(10)	20
油	2
ちらし寿司の具	
炒め油(サラダ油)	0.5
鶏もも(小間切れ)	8
合成清酒(料理酒)	1
人参	10
れんこん	10
たけのこ水煮缶	8
干しいたけ スライス	1.5
冷凍カット油揚げ	8
カットかんぴょう 乾	2
三温糖	3.8
こいくちしょうゆ	4.5
水	8
ひながし	
ひなあられ	10

Aコース  
令和2年3月3日火曜日

料理名/食品名	分量
バターロール(乳・卵)	
バターロール(40g)	50
バターロール(50g)	50
バターロール(60g)	50
牛乳	
牛乳(200ml)(200ml)	206
スープスパゲティ	
ベーコン(短冊切り)	7
おろしにんにく	0.3
キャベツ	20
人参	5
玉ねぎ	12
カットしめじ	7
冷凍こまつな	10
スパゲティ(ハーフ)	15
コンソメ・ヘルシーファーム	1.5
食塩	0.5
混合こしょう	0.03
水	124
チキンチーズ焼き	
鶏むね切り身(皮無)	50
食塩	0.25
こいくちしょうゆ	0.7
混合こしょう	0.04
オリーブ油	2
おろしにんにく	0.03
とろけるチーズ	8
パン粉	1.5
紙カップ(丸型)	1
配缶時使用シート	1
カリフラワーの煮込み	
冷凍カリフラワー	50
玉ねぎ	28
おろしにんにく	0.5
食塩	0.35
混合こしょう	0.02
コンソメ・ヘルシーファーム	1
薄力粉 1等	0.38
炒め油(サラダ油)	0.7
トマトペースト	2.52
水	8.5

Aコース  
令和2年3月4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
お芋のごまみそ汁	
かつおだしパック	2
人参	7
冷凍カット油揚げ	7
さといもスライス(チルド)	25
さつまいも	25
麦みそ・ヤマキ	5.6
米みそ・中沢	5.6
冷凍ほうれん草	10
いりごま(白)	1
鯖の香味焼き	
さば切り身	40
玉ねぎ	8
おろしにんにく	0.3
三温糖	1.5
こいくちしょうゆ	2.4
穀物酢	0.9
すりごま(白)	2
わかめサラダ	
コーン	10
キャベツ	38
カットわかめ	0.7
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

Aコース  
令和2年3月5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
ジョア マスカット(乳)	
ジョア マスカット	125
中央健康みそ汁	
かつおだしパック	2
人参	5
大根	20
ごぼう(洗い)	7
生揚げ	15
ねぎ	10
米みそ・中沢	5.5
麦みそ・ヤマキ	5.5
冷凍ほうれん草	10
カットわかめ	0.5
鶏肉の塩唐揚げ	
鶏むね切り身(皮無)	50
食塩	0.42
混合こしょう	0.01
おろしにんにく	0.5
おろししょうが	1
液体塩こうじ	0.4
合成清酒(料理酒)	2
でん粉(片栗粉)	10
油	3.15
フルーツカクテル	
フルーツミックス	55
カクテルゼリー	25

Aコース  
令和2年3月6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
広東麺	
ごま油	0.6
豚もも(小間切れ)	12
おろししょうが	0.5
合成清酒(料理酒)	1
人参	10
たけのこ水煮缶	10
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
ねぎみそパオズ①②	1~3年1個 4~6年2個
彩の国ねぎみそ包子	60
もやしのポックム	
ベーコン(短冊切り)	5
にら	10
人参	7
もやし	40
中華スープの素・ヘルシーファ	0.75
食塩	0.4
混合こしょう	0.03
ごま油	0.6
でん粉(片栗粉)	0.4



## 明細献立表

Aコース  
令和2年3月16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
ぎょうぎスープ	
人参	8
もやし	15
ひとくち水餃子	40
中華スープの素・ヘルシーファーム	1
食塩	0.6
混合こしょう	0.02
こいくちしょうゆ	3
とうがらし	0.01
ねぎ	7
韓国風照り焼き	
鶏もも切り身(皮無)	40
合成清酒(料理酒)	0.8
おろしにんにく	0.5
おろししょうが	0.5
三温糖	0.5
こいくちしょうゆ	3
本みりん	0.8
とうがらし	0.01
いりごま(白)	1
ごま油	0.3
ねぎ	4
生揚げの中華煮	
炒め油(サラダ油)	0.55
豚もも(小間切れ)	10
おろししょうが	0.2
人参	7
干しいたけ スライス	0.5
生揚げ	30
三温糖	1.2
こいくちしょうゆ	4.2
オイスターソース	0.55
キャベツ	35
でん粉(片栗粉)	1.1
ごま油	0.3
いよかんゼリー	
いよかんフレッシュ	50

Aコース  
令和2年3月17日火曜日

料理名/食品名	分量
メロンパン(乳・卵)	
スクールメロン(30g)	30
スクールメロン(30g)	30
スクールメロン(40g)	30
牛乳	
牛乳(200ml)(200ml)	206
クラムチャウダー	
炒め油(サラダ油)	0.3
ベーコン(短冊切り)	10
玉ねぎ	30
人参	10
じゃがいも	40
冷凍あさり	15
白ワイン	2
コンソメ・ヘルシーファーム	0.7
食塩	0.2
ローレル(粉末)	0.01
混合こしょう	0.02
シチューの素	13
調理用牛乳	15
パセリチップ	0.03
メンチ	
メンチ	50
油	3.5
水菜のサラダ	
水菜	10
人参	5
キャベツ	25
大根	15
フレンチドレッシング(クラス)	
フレンチドレッシング(クラス)	8

Aコース  
令和2年3月18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
だまこ汁	
かつおだしパック	2
鶏もも(小間切れ)	12
人参	7
かぶ	10
かぶ葉	2
冷凍カット油揚げ	7
米みそ・中沢	7
こいくちしょうゆ	1
カットしめじ	7
だまこ餅	25
魚のみそマヨ味焼き	
ほき切り身	40
食塩	0.2
混合こしょう	0.02
麦みそ・ヤマキ	3
ノンエッグマヨネーズ(調理用)	3
切干大根のカレー炒め	
炒め油(サラダ油)	0.3
人参	6
切干大根	4.5
焼ちくわ	7
冷凍あさり	5
合成清酒(料理酒)	0.5
水	3.5
三温糖	1.2
本みりん	0.5
こいくちしょうゆ	2.7
カレー粉	0.2

Aコース  
令和2年3月19日木曜日

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
大根と生揚げのみそ汁	
かつおだしパック	2
人参	5
大根	30
冷凍あさり	7
生揚げ	15
ねぎ	10
米みそ・中沢	5.5
麦みそ・ヤマキ	5.5
冷凍こまつな	10
鮭チーズフライ	
鮭チーズフライ	40
油	2.8
ごま和え	
人参	5
もやし	15
キャベツ	15
こまつな	10
いりごま(白)	3
こいくちしょうゆ	1.5
三温糖	0.8

Aコース  
令和2年3月23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
彩り団子汁	
かつおだしパック	2
人参	10
彩り団子	25
カットえのき	8
型抜きかまぼこ(桜)	5
こいくちしょうゆ	4.2
食塩	0.3
冷凍ほうれん草	15
ねぎ	5
さわらの春色焼き	
さわらの春色焼き	40
筑前煮	
炒め油(サラダ油)	0.6
鶏もも(角切り)	15
合成清酒(料理酒)	0.7
乱切りごぼう	9
人参	15
三角こんにやく	15
たけのこ水煮缶	7
干しいたけ スライス	0.7
三温糖	2
本みりん	1
こいくちしょうゆ	4.8
さといも乱切り(チルド)	22
冷凍カットいんげん	5
水	5
お祝いケーキ	
お米のお祝いケーキ	35

Aコース  
令和2年3月25日水曜日

料理名／食品名	分量
麦ごはん	
精白米(70g)	72
精白米(80g)	72
精白米(90g)	72
精白米(強化米)	0.25
大麦 麦ご飯用	8
牛乳	
牛乳(200ml)(200ml)	206
トマトハヤシライス	
炒め油(サラダ油)	0.5
豚もも(小間切れ)	20
ローレル(粉末)	0.01
赤ワイン	1
玉ねぎ	30
人参	8
じゃがいも	35
トマト缶詰 ダイス	20
トマトケチャップ	10
混合こしょう	0.02
三温糖	0.3
ハヤシルウ(日糧)	17
かりかり大豆	
国産炒り大豆	10
揚げちりめん	3
三温糖	2.7
こいくちしょうゆ	1.2
合成清酒(料理酒)	0.3
炒め油(サラダ油)	0.5
グリーンサラダ	
キャベツ	30
冷凍ほうれん草	12
きゅうり	7
柑橘ドレッシング(クラス)	
かんきつドレッシング(クラ	5