

Aコース

明細献立表

Aコース
令和7年2月18日火曜日

Aコース
令和7年2月19日水曜日

Aコース
令和7年2月20日木曜日

Aコース
令和7年2月21日金曜日

Aコース
令和7年2月25日火曜日

料理名/食品名	分量
デニッシュペストリー(乳)	
デニッシュペストリー(50g)	50
牛乳	
牛乳(200ml)	206
彩り団子のスープ	
人参	10
玉ねぎ	15
キャベツ	20
彩り団子	25
コンソメ・ヘルシーファーム	1
食塩	0.5
混合こしょう	0.02
こいくちしょうゆ	1.2
こまつな	15
チキンのチーズ焼き	
鶏むね切り身(皮無) 40g	40
食塩	0.2
こいくちしょうゆ	0.3
混合こしょう	0.04
オリーブ油	1.8
おろしにんにく	0.03
とろけるチーズ	7
パン粉	1
紙カップ(小判型)	1
ペペロンチーノ	
炒め油(サラダ油)	0.4
おろしにんにく	0.2
豆板醤	0.05
ハム(短冊切り)	15
冷凍こまつな	12
人参	7
カットエリンギ	7
スパゲティ(ハーフ)	15
コンソメ・ヘルシーファーム	0.4
こいくちしょうゆ	2
食塩	0.1
混合こしょう	0.01

料理名/食品名	分量
ごはん(精白米)	
精白米(80g)	80
精白米(強化米)	0.24
牛乳	
牛乳(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
冷凍ほうれん草	10
いかメンチ	
いかメンチ 40g	40
油	2.8
白菜と豚肉のうま煮	
炒め油(サラダ油)	0.8
豚もも(小間切れ)	25
人参	7
玉ねぎ	20
干しいたけ スライス	0.5
たけのこ水煮缶	7
はくさい	35
おろししょうが	0.2
三温糖	1
こいくちしょうゆ	3
中華スープの素・ヘルシーファーム	0.6
でん粉(片栗粉)	1
ごま油	0.3

料理名/食品名	分量
もち麦ごはん	
もち麦	10
精白米(70g)	70
精白米(強化米)	0.42
牛乳	
牛乳(200ml)	206
冬野菜カレー	
炒め油(サラダ油)	0.5
豚もも(小間切れ)	15
赤ワイン	0.5
おろししょうが	0.4
おろしにんにく	0.4
玉ねぎ	20
人参	10
じゃがいも	25
冷凍カリフラワー	15
れんこん水煮	10
ソテーオニオン(角切り)	6
チャツネ	1
アップルソース	2
中濃ソース	0.5
給食用カレーフレーク(ハウス)	10
こくまるカレーフレーク(ロブレント)	7
ほうれん草オムレツ	
ほうれん草オムレツ(40g)	40
コーンサラダ	
キャベツ	35
コーン	8
人参	7
塩ドレッシング	
塩ドレッシング	5

料理名/食品名	分量
地粉うどん	
地粉うどん(70g)	70
牛乳	
牛乳(200ml)	206
鶏塩うどん	
ごま油	0.5
鶏むね小間(皮無)	20
人参	10
カットエリンギ	8
ねぎ	10
カットわかめ	0.3
がらスープ チキン	2.5
白だし	9.7
食塩	0.58
混合こしょう	0.01
こいくちしょうゆ	0.13
ウインナーの香味揚げ	
ウインナー 30g	30
薄力粉 1等	8.3
あおのり	0.17
カレー粉	0.08
水	3.6
油	2.1
青菜とじゃこのサラダ	
揚げちりめん	3
コーン	5
キャベツ	18
こまつな	25
玉ねぎドレッシング	
玉ねぎドレッシング	5

料理名/食品名	分量
フラワーロール	
フラワーロール(40g)	40
牛乳	
牛乳(200ml)	206
コーンスープ	
炒め油(サラダ油)	0.4
玉ねぎ	30
コーン	20
コンソメ・ヘルシーファーム	0.5
調理用牛乳	20
コーンクリームスープ・ヘルシーファーム	19
食塩	0.1
混合こしょう	0.02
鶏肉のトマトソース	
鶏もも切り身(皮付) 60g	60
オリーブ油	0.25
食塩	0.3
混合こしょう	0.01
おろしにんにく	0.5
炒め油(サラダ油)	0.5
おろしにんにく	0.1
玉ねぎ	10
ソテーオニオン(スライス)	10
トマト缶詰 ダイス	25
バジル(乾燥)チップ	0.02
三温糖	0.04
食塩	0.3
混合こしょう	0.01
花野菜サラダ	
冷凍ブロッコリー	30
冷凍カリフラワー	15
イタリアンドレッシング	
イタリアンドレッシング	5

