

明細献立表

Aコース
令和 8年11月 9日月曜日

[illegible]

明細献立表

Aコース
令和 8年11月16日月曜日

[illegible]

明細献立表

Aコース
令和 8年11月24日火曜日

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
マンハッタンクラムチャウダー	
オリーブ油	0.5
無塩せきベーコン(短冊切り)	8
おろしにんにく	0.5
玉ねぎ	15
人参	8
コーン	5
冷凍あさり	12
キャベツ	20
コンソメ・ヘルシーファーム	1.3
食塩	0.7
混合こしょう	0.02
トマト缶詰 ダイス	20
鶏肉のレモン煮	
鶏むね切り身(皮付) 40g	40
合成清酒(料理酒)	1
食塩	0.3
混合こしょう	0.03
でん粉(片栗粉)	7
油	2.8
三温糖	6
こいくちしょうゆ	5
レモン 果汁	1.1
でん粉(片栗粉)	0.2
水	4
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
無塩せきハム(短冊切り)	8
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
コーヒー牛乳の素	
ミルメークコーヒー	12.5

明細献立表

Aコース
令和 8年11月30日月曜日

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
わかめスープ	
人参	10
中華スープの素・ヘルシーファーム	1.3
食塩	0.6
混合こしょう	0.02
こいくちしょうゆ	2
カットわかめ	0.5
チンゲンサイ	12
鶏肉の韓国風照り焼き	
鶏もも切り身(皮付) 50g	50
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
ピビンバの具	
ごま油	0.45
豆板醤	0.06
豚ひき肉	27
合成清酒(料理酒)	0.8
おろししょうが	0.65
おろしにんにく	0.65
人参	6
ぜんまい水煮	5
はくさい キムチ	5.8
三温糖	2
こいくちしょうゆ	4.8
本みりん	1
冷凍ほうれん草	10
もやし	33
オイスターソース	0.7
いりごま(白)	1