

Bコース
平成30年03月01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
わかめスープ	
ベーコン(短冊切り)	7
人参	10
コーン	10
ねぎ	10
中華スープの素・ヘルシーア	1.7
食塩	0.45
合成清酒(料理酒)	1
こいくちしょうゆ	0.4
混合こしょう	0.01
チンゲンサイ	10
カットわかめ	0.5
えびしゅうまい②	
えびしゅうまい	36
家常豆腐	
炒め油(サラダ油)	0.6
豚もも(小間切れ)	15
おろしにんにく	0.7
おろししょうが	0.7
人参	6
干しいたけ スライス	0.1
たけのこ水煮缶 一斗缶	10
ねぎ	10
生揚げ	40
豆板醤	0.2
甜麺醤	3.5
こいくちしょうゆ	2.8
オイスターソース	1
三温糖	0.3
ピーマン	7
でん粉(片栗粉)	0.7
ごま油	0.3

Bコース
平成30年03月02日金曜日

料理名／食品名	分量
酢飯	
精白米(70g)	80
精白米(強化米)	0.25
酢飯の素	11.4
牛乳	
牛乳(200ml)(200ml)	206
けんちん汁	
炒め油(サラダ油)	0.5
人参	5
ごぼう(洗い)	6
大根	20
干しいたけ スライス	0.5
切りこんにやく	5
さといもスライス(チルド)	20
冷凍豆腐ダイスカット	20
冷凍カット油揚げ	5
ねぎ	10
食塩	0.1
こいくちしょうゆ	6.2
かつおだしパック	0.9
イカスティック	
イカスティック	20
油	2.8
焼肉	
炒め油(サラダ油)	0.4
豚もも(小間切れ)	35
おろししょうが	0.4
おろしにんにく	0.3
合成清酒(料理酒)	0.25
三温糖	0.3
こいくちしょうゆ	1.6
玉ねぎ	25
人参	7
冷凍にら(4cm)	3
豆板醤	0.04
三温糖	0.3
こいくちしょうゆ	1
オイスターソース	1
スティック納豆	20
手巻きのり1/4 5枚	5
ひながし	1.5

Bコース
平成30年03月05日月曜日

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
ごまみそラーメン	
ごま油	0.5
豚ひき肉	20
おろししょうが	0.7
おろしにんにく	0.7
混合こしょう	0.02
人参	10
もやし	20
コーン	10
ねぎ	10
味噌ラーメンスープの素	6
米みそ・中沢	13
冷凍にら(5mm)	7
いりごま(白)	1
とうがらし	0.01
五目パオズ②	
五目包子	50
フルーツ杏仁	
フルーツミックス	50
やわらか杏仁豆腐Fe	30

Bコース
平成30年03月06日火曜日

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
豆腐のみそ汁	
かつおだしパック	2
人参	15
カットえのき	10
冷凍豆腐ダイスカット	20
ねぎ	15
米みそ・中沢	5.5
麦みそ・ヤマキ	5.5
ハムカツ	
プレスハム(ハムカツ用)	40
薄力粉 1等	5.8
混合こしょう	0.04
水	8
パン粉	10
油	4
青菜とじゃこの炒め物	
ごま油	0.5
ちりめんじゃこ	3
コーン	5
キャベツ	18
冷凍こまつな	25
本みりん	1
こいくちしょうゆ	1.5
パックソース5g	
パックソース(中濃)5g	5

Bコース
平成30年03月07日水曜日

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
ABCスープ	
玉ねぎ	15
人参	8
じゃがいも	15
キャベツ	25
マカロニ(アルファベット)	5.5
コンソメ・ヘルシーファーム	1
食塩	0.9
混合こしょう	0.03
タンドリーチキン	
鶏もも切り身(皮付)60g/70g	60
カレー粉	0.6
おろしにんにく	0.1
ヨーグルト	10
トマトケチャップ	5.5
ウスターソース	2
食塩	0.37
混合こしょう	0.01
ごぼうサラダ	
千切りごぼう(サラダ用)	25
人参	6
きゅうり	8
茹で塩	0.5
ごまドレッシング(クラス)	
ごまドレッシング(クラス)(20)	5

Bコース
平成30年03月08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
クッパスープ	
炒め油(サラダ油)	0.5
豚もも(千切り)	20
合成清酒(料理酒)	1
もやし	10
キャベツ	15
人参	7
洗浄きくらげ	0.5
中華スープの素・ヘルシーファーム	2.5
食塩	1.41
混合こしょう	0.01
殺菌加工液卵	10
ねぎ	10
いりごま(白)	0.5
ごま油	0.8
子持ちししやもフリッター	
子持ちししやもフリッター油	20
油	1.4
えびと生揚げのチリソース	
炒め油(サラダ油)	0.4
おろししょうが	0.3
おろしにんにく	0.3
玉ねぎ	5
豆板醤	0.12
トマトケチャップ	5.3
コンソメ・ヘルシーファーム	0.42
食塩	0.08
こいくちしょうゆ	1
三温糖	1
生揚げ	35
冷凍むきえび	12
冷凍にら(5mm)	1.8
ごま油	0.1
でん粉(片栗粉)	0.4
水	0.8

Bコース
平成30年03月09日金曜日

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
沢煮椀	
かつおだしパック	2
豚もも(千切り)	10
千切りごぼう	10
人参	10
大根	10
干しいたけ スライス	1
たけのこ水煮缶 一斗缶	10
スクール系かまぼこ(ほぐし)	10
合成清酒(料理酒)	1
こいくちしょうゆ	1.5
食塩	1
糸みつば	1
鮭の春色焼き	
さけの春色焼き	40
大豆の磯煮	
炒め油(サラダ油)	0.5
ほしひじき	1.3
人参	7
しらたき	13
ゆで大豆(ドライパック)	15
三温糖	2.5
本みりん	1.8
こいくちしょうゆ	3.5
冷凍カットいんげん	2
水	3

Bコース
平成30年03月12日月曜日

料理名／食品名	分量
地粉うどん	
地粉うどん(70g)	80
地粉うどん(80g)	80
地粉うどん(90g)	80
牛乳	
牛乳(200ml)(200ml)	206
豚汁うどん	
炒め油(サラダ油)	0.4
豚もも(小間切れ)	12
人参	5
ごぼう(洗い)	8
大根	10
干しいたけ スライス	0.5
冷凍カット油揚げ	5
ねぎ	10
こいくちしょうゆ	6.5
麦みそ・ヤマキ	10
かつおだしパック	0.8
ちくわの磯辺揚げ	
焼ちくわ 1/4 25g	25
薄力粉 1等	6
でん粉(片栗粉)	0.4
あおのり	0.12
水	9.5
油	2.8
小松菜ともやしのお浸し	
こまつな	20
人参	7
もやし	20
茹で塩	0.5
ボトルしょうゆ	
ボトルしょうゆ	2.5

Bコース
平成30年03月13日火曜日

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
飲むヨーグルト	
飲むヨーグルト・愛知ヨーグルト	150
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	25
人参	10
じゃがいも	40
冷凍グリーンピース	2
ウスターソース	2
混合こしょう	0.02
三温糖	0.3
ハヤシルウ(日糧)	5
ハヤシフレーク(ハウス)	12
チキンナゲット②	
チキンナゲット	40
油	2.8
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
茹で塩	0.5
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

Bコース
平成30年03月14日水曜日

料理名／食品名	分量
山型食パン(乳)	
山型食パン(50g)	60
山型食パン(60g)	60
牛乳	
牛乳(200ml)(200ml)	206
春キャベツスープ	
オリーブ油	0.4
人参	5
キャベツ	30
玉ねぎ	15
コーン	5
冷凍ほうれん草	5
コンソメ・ヘルシーファーム	1
食塩	0.7
混合こしょう	0.03
チーズオムレツ	
チーズオムレツ	40
ナポリタン	
スパゲッティ(ハーフ)	15
茹で塩	0.1
炒め油(サラダ油)	0.1
オリーブ油	0.45
おろしにんにく	0.15
ベーコン(短冊切り)	4.5
玉ねぎ	15
人参	3
ウスターソース	0.65
トマトケチャップ	11
トマト缶詰 ダイス	4
コンソメ・ヘルシーファーム	0.18
食塩	0.07
混合こしょう	0.01
いちごジャム	
いちごジャム	20

明細献立表

Bコース
平成30年03月15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
かきたま汁	
かつおだしパック	2
人参	10
玉ねぎ	15
カットえのき	10
冷凍豆腐ダイスカット	15
合成清酒(料理酒)	0.2
こいくちしょうゆ	2.7
食塩	1.1
でん粉(片栗粉)	0.9
殺菌加工液卵	20
さわらのみそ風味焼き	
さわら切り身	40
食塩	0.1
混合こしょう	0.02
麦みそ・ヤマキ	2
ノンエッグマヨネーズ(調理)	8
切干大根のサラダ	
切干大根	4
キャベツ	20
人参	7
茹で塩	0.5
和風ドレッシング(クラス)	
和風ドレッシング(クラス) 20	5
ひじきのり佃煮	
ひじきのり佃煮	8

Bコース
平成30年03月16日金曜日

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
ほうれん草のすまし汁	
かつおだしパック	2
人参	10
冷凍豆腐ダイスカット	20
こいくちしょうゆ	2
食塩	0.85
冷凍ほうれん草	20
カットえのき	7
鶏肉のねぎ塩麴焼き	
鶏むね切り身(皮付)	40
塩こうじ	3.3
ねぎ	4
合成清酒(料理酒)	0.7
おろししょうが	1
おろしにんにく	0.5
ごま油	1
ツナじゃが	
炒め油(サラダ油)	0.5
シーチキンオイル無添加	16
合成清酒(料理酒)	0.4
人参	10
玉ねぎ	20
じゃがいも	55
顆粒和風だし・ヘルシーファ	0.3
三温糖	2.88
こいくちしょうゆ	3
米みそ・中沢	2
冷凍カットいんげん	5
水	6
カット清見オレンジ	
カット清美オレンジ	50

Bコース
平成30年03月19日月曜日

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
あさり塩ラーメン	
炒め油(サラダ油)	0.5
豚もも(小間切れ)	7
おろししょうが	0.3
おろしにんにく	0.3
人参	10
もやし	20
沖あみなると	5
冷凍あさり	15
合成清酒(料理酒)	1
ねぎ	10
塩ラーメンスープ・シャンファン	8
中華スープの素・ヘルシーファ	0.5
食塩	0.5
混合こしょう	0.01
春巻き	
春巻き	40
油	2.8
海藻サラダ	
サラダこんにやく	3
コーン	5
キャベツ	30
海藻ミックス	0.5
カットわかめ	0.3
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
ストロベリーヨーグルト	
ソールストロベリー (100g)	100

Bコース
平成30年03月20日火曜日

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
ジョア マスカット(乳)	
ジョア マスカット	125
玉ねぎのみそ汁	
かつおだしパック	2
玉ねぎ	40
人参	7
カットえのき	8
カットわかめ	0.5
麦みそ・ヤマキ	5.5
米みそ・中沢	5.5
コロッケ	
野菜コロッケ	50
油	3.5
ソイ丼の具	
ベーコン(短冊切り)	5
豚ひき肉	15
人参	15
カレー粉	0.3
ゆで大豆(ドライパック)	15
国産大豆(クラッシュ)	10
カレールウ・日糧	2.2
水	7.5
こいくちしょうゆ	5
本みりん	3
三温糖	3.2
冷凍にら (5mm)	2

Bコース
平成30年03月22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
春雨スープ	
人参	7
玉ねぎ	20
コーン	5
冷凍豆腐ダイスカット	15
中華スープの素・ヘルシーファ	1
食塩	1
混合こしょう	0.01
こいくちしょうゆ	0.5
カットはるさめ(スープ用)	3
チンゲンサイ	10
揚げぎょうざ②	
冷凍ギョーザ	36
油	2.5
ビビンバごはんの具	
ごま油	0.45
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
もやし	33
三温糖	2.6
こいくちしょうゆ	4.8
本みりん	1
豆板醤	0.06
オイスターソース	0.7
冷凍ほうれん草	10
いりごま(白)	1
お祝いデザート	
いちごのスティックケーキ	25