

Bコース  
平成30年05月01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
キャベツのみそ汁	
かつおだしパック	2
人参	10
玉ねぎ	10
キャベツ	30
冷凍こまつな	10
麦みそ・ヤマキ	5.5
米みそ・中沢	5.5
鮭の塩麴焼き	
さけの塩麴漬け	40
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
冷凍カット油揚げ	7
冷凍あさり	5
水	3.5
三温糖	1.5
本みりん	0.5
こいくちしょうゆ	2.7
カレー粉	0.2
水	5.8

Bコース  
平成30年05月02日水曜日

料理名/食品名	分量
はちみつパン(乳)	
はちみつパン(40g)	50
はちみつパン(50g)	50
はちみつパン(60g)	50
牛乳	
牛乳(200ml)(200ml)	206
イタリアンスープ	
ベーコン(短冊切り)	10
玉ねぎ	25
人参	10
コーン	10
トマト缶詰 ダイス	27
トマトケチャップ	3
コンソメ・ヘルシーファーム	1
食塩	0.55
三温糖	0.12
混合こしょう	0.02
冷凍ほうれん草	10
チキンのチーズ焼き	
鶏むね切り身(皮無) 40g/	40
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
花野菜サラダ	
冷凍ブロッコリー	30
冷凍カリフラワー	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
こどもの日ゼリー	
子どもの日ゼリー	40

Bコース  
平成30年05月07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
しょうゆラーメン	
炒め油(サラダ油)	0.5
豚もも(小間切れ)	15
おろししょうが	0.1
おろしにんにく	0.1
人参	10
もやし	20
洗浄きくらげ	0.5
ねぎ	12
中華スープの素・ヘルシーファ	0.5
醤油ラーメンスープ・シャン	8.6
食塩	0.4
混合こしょう	0.01
こいくちしょうゆ	5.8
冷凍にら(4cm)	5
揚げぎょうざ②	
餃子	36
油	2.5
春雨サラダ	
カット緑豆はるさめ(サラダ	3.5
人参	5
キャベツ	30
きゅうり	7
茹で塩	0.5
棒棒鶏ドレッシング(クラス)	
棒棒鶏ドレッシング(クラス)	5

Bコース  
平成30年05月08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
若竹汁	
かつおだしパック	3
人参	8
たけのこ水煮缶 一斗缶	20
スクール系かまぼこ(ほぐし	8
こいくちしょうゆ	3
本みりん	0.5
食塩	0.8
カットわかめ	0.7
ハンバーグ和風ソース	
ハンバーグ	60
水	3
本みりん	1.65
穀物酢	2.5
大根	11
水	4
ソテーオニオン	16.5
おろししょうが	0.11
三温糖	1.1
こいくちしょうゆ	5
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
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05月09日水曜日

料理名/食品名	分量
ナン	
ナン(50g)	70
ナン(70g)	70
牛乳	
牛乳(200ml)(200ml)	206
ABCスープ	
ベーコン(短冊切り)	8
玉ねぎ	15
人参	8
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	1.1
食塩	0.9
混合こしょう	0.03
ほうれん草オムレツ	
ほうれん草オムレツ	40
キーマカレー	
炒め油(サラダ油)	0.5
おろしにんにく	0.8
おろししょうが	0.8
豚ひき肉	37
カレー粉	0.2
混合こしょう	0.02
レバーそぼろレトル	5.5
玉ねぎ	40
人参	18
トマトケチャップ	10
中濃ソース	1
こいくちしょうゆ	1
こくまろカレーフレーク(ロフレ	5
冷凍グリーンピース	4

Bコース  
平成30年05月10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
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
スクール糸かまぼこ(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
揚げ鶏のレモン風味	
鶏もも切り身(皮付)50g/60g	50
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)	8
油	4
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
ほうれん草のおひたし	
もやし	30
冷凍ほうれん草	20
ボトルしょうゆ	
ボトルしょうゆ	2.5

Bコース  
平成30年05月11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
新玉ねぎのみそ汁	
かつおだしパック	2
玉ねぎ	35
人参	5
冷凍カット油揚げ	10
冷凍こまつな	10
麦みそ・ヤマキ	5.5
米みそ・中沢	5.5
あじの一夜干し	
あじ一夜干し	40
じゃがいものそぼろ煮	
炒め油(サラダ油)	0.5
鶏ひき肉	18
合成清酒(料理酒)	0.7
玉ねぎ	15
じゃがいも	45
三温糖	1
本みりん	1
こいくちしょうゆ	3.3
顆粒和風だし・ヘルシーファーム	0.25
冷凍グリーンピース	1
水	3.2

Bコース  
平成30年05月14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
山菜うどん	
かつおだしパック	2
豚もも(小間切れ)	10
人参	10
山菜ミックス水煮	15
カットしめじ	6
カットまいたけ	7
冷凍カット油揚げ	5
ねぎ	10
こいくちしょうゆ	14
本みりん	0.5
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
上州きんぴら	
炒め油(サラダ油)	0.5
千切りごぼう	23
人参	10
切りこんにやく	7
三温糖	1.8
本みりん	0.7
こいくちしょうゆ	3
冷凍カットいんげん	3
いりごま(白)	0.5
とうがらし	0.01
ごま油	0.2

Bコース  
平成30年05月15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
野菜椀	
かつおだしパック	2
人参	10
大根	20
ごぼう(洗い)	7
ねぎ	10
短冊こんにやく	15
冷凍カット油揚げ	10
麦みそ・ヤマキ	10.5
こいくちしょうゆ	0.6
豚肉の生姜焼き	
豚ロース薄切り(脂身付)50g	50
おろししょうが	1
こいくちしょうゆ	5.5
本みりん	1.8
合成清酒(料理酒)	1.8
小松菜サラダ	
コーン	10
人参	10
キャベツ	20
こまつな	20
和風ドレッシング(クラス)	
和風ドレッシング(クラス) 20g	5

Bコース  
平成30年05月16日水曜日

料理名／食品名	分量
子どもパン(乳)	
子どもパン 1個取り(40g)	50
子どもパン 1個取り(50g)	50
子どもパン 1個取り(60g)	50
飲むヨーグルト	
飲むヨーグルト(150ml)	150
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
冷凍あさり	15
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	15
調理用牛乳	15
パセリチップ	0.07
ハムカツ	
プレスハム(ハムカツ用)40g	40
薄力粉 1等	5.8
水	8
パン粉	10
油	4
ゆでキャベツ	
キャベツ	40
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05月31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
じゃがいものみそ汁	
かつおだしパック	2
じゃがいも	25
玉ねぎ	15
人参	5
冷凍カット油揚げ	5
カットわかめ	0.3
麦みそ・ヤマキ	5.5
米みそ・中沢	5.5
鶏肉の唐揚げ	
鶏もも切り身(皮付)50g/60	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
でん粉(片栗粉)	10
油	3.85
青菜とじゃこの炒め物	
ごま油	0.5
ちりめんじゃこ	2
コーン	5
キャベツ	20
冷凍こまつな	20
本みりん	1
こいくちしょうゆ	1.5