

Bコース  
平成30年08月28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
沢煮椀	
かつおだしパック	2
豚もも(千切り)	13
千切りごぼう	15
人参	15
干しいたけ スライス	1
たけのこ水煮缶 一斗缶	15
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
コロッケ	
野菜コロッケ	50
油	3.5
大豆の磯煮	
炒め油(サラダ油)	0.5
ほしひじき	1.3
人参	10
しらたき	14
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
水	3
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08月29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
牛乳	
牛乳(200ml)(200ml)	206
ポトフ	
豚もも(小間切れ)	20
人参	10
玉ねぎ	30
じゃがいも	60
キャベツ	30
ローレル(粉末)	0.01
コンソメ・ヘルシーファーム	1.5
食塩	0.35
混合こしょう	0.03
ハンバーグイタリアンソース	
ハンバーグ	60
オリーブ油	0.25
玉ねぎ	10
おろしにんにく	0.2
トマト缶詰 ダイス	15
トマトケチャップ	8
三温糖	0.7
食塩	0.1
マスタード(あらびき)	1.2
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

Bコース  
平成30年08月30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
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	8
生揚げ	15
米みそ・中沢	5.5
麦みそ・ヤマキ	5.5
冷凍ほうれん草	20
揚げ鶏のレモン風味	
鶏もも切り身(皮付)50g/60	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
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	10
冷凍こまつな	20
本みりん	1
こいくちしょうゆ	1.5

Bコース  
平成30年08月31日金曜日

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
夏野菜カレー	
炒め油(サラダ油)	0.8
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	30
人参	10
なす	15
トマト缶詰 ダイス	10
ソテーオニオン	5
チャツネ	1
アップルソース	6
中濃ソース	1
ダイスカぼちゃ	30
カレールウ・日糧	1
こくまろカレーフレークプロブレント	16
オムレツ	
プレーンオムレツ	40
切干大根のサラダ	
切干大根	4
キャベツ	25
人参	7
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09月03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
鶏南蛮うどん	
かつおだしパック	2
鶏むね(小間切れ)	15
玉ねぎ	20
人参	10
冷凍ほうれん草	10
ねぎ	15
こいくちしょうゆ	12
本みりん	1.7
とうがらし	0.04
カミカミかき揚げ	
カミカミかき揚げ	50
油	3.5
枝豆ひじきサラダ	
むき枝豆 冷凍	10
ほしひじき	1
キャベツ	35
人参	5
柑橘ドレッシング(クラス)	
かんきつドレッシング(クラ	5

Bコース  
平成30年09月04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
春雨スープ	
人参	7
玉ねぎ	20
チンゲンサイ	15
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
にら	5
えびしゅうまい②	
えびしゅうまい(18g)	36
ピビンバごはんの具	
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	6
はくさい キムチ	5.8
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
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

Bコース  
平成30年09月05日水曜日

料理名/食品名	分量
食パン(乳)	
食パン(50g)	60
食パン(60g)	60
食パン(70g)	60
牛乳	
牛乳(200ml)(200ml)	206
グリーンソイポタージュ	
炒め油(サラダ油)	0.5
鶏むね(小間切れ)	12
玉ねぎ	20
人参	10
冷凍えだまめペースト	30
コンソメ・ヘルシーファーム	1
食塩	0.2
混合こしょう	0.03
シチューの素	10
調理用牛乳	20
むぎ枝豆 冷凍	10
あじのバジル焼き	
あじ切り身(40g/50g)(40g)	40
白ワイン	2.5
こいくちしょうゆ	1
オリーブ油	1.5
バジル(乾燥)チップ	0.1
混合こしょう	0.02
ごぼうサラダ	
千切りごぼう(サラダ用)	25
人参	10
きゅうり	15
野菜ドレッシング(クラス)	
和風ドレッシング(クラス) 20	5
いちごジャム	
イチゴジャム	15

Bコース  
平成30年09月06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
本庄なすのみそ汁	
かつおだしパック	2
人参	8
玉ねぎ	10
生揚げ	15
なす	15
冷凍こまつな	10
麦みそ・ヤマキ	5.5
米みそ・中沢	5.5
鶏のたれカツ	
鶏むね切り身(皮無) 40g/	40
薄力粉 1等	7.5
混合こしょう	0.04
水	10
パン粉	10
油	7
こいくちしょうゆ	7
三温糖	5
本みりん	1.5
顆粒和風だし・ヘルシーファーム	0.04
水	5
海藻サラダ	
サラダこんにやく	10
キャベツ	35
給食用海藻ミックス	0.5
カットわかめ	0.3
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
上里梨 1/6	
なし 1/6	45
食塩	0.25

Bコース  
平成30年09月07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
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
糸みつば	2
さばの塩焼き	
塩さば切り身	40
五目煮豆	
炒め油(サラダ油)	0.3
鶏もも(小間切れ)	8
人参	10
ごぼう(洗い)	12
ゆで大豆(ドライパック)	13
切りこんにやく	13
こいくちしょうゆ	3.5
三温糖	2.5
合成清酒(料理酒)	0.6
本みりん	1.3
水	2.3

Bコース  
平成30年09月10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
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	7
冷凍あさり	15
ねぎ	12
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
白ごまつね②	
加熱パー入り白ごまつね(20g)	40
水菜と大根のサラダ	
水菜	15
人参	15
大根	20
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





Bコース  
平成30年09月27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
牛乳	
牛乳(200ml)(200ml)	206
もずくスープ	
人参	10
たけのこ水煮缶 一斗缶	15
干しいたけ スライス	0.6
もずく(冷凍)	15
こいくちしょうゆ	2
食塩	0.6
混合こしょう	0.02
中華スープの素・ヘルシーファ	0.8
冷凍こまつな	20
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
きゅうりサラダ	
サラダこんにやく	10
冷凍ブロッコリー	20
きゅうり	30
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

Bコース  
平成30年09月28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
わかめのみそ汁	
かつおだしパック	2
カットえのき	10
人参	10
冷凍豆腐ダイスカット	15
カットわかめ	0.5
麦みそ・ヤマキ	5.5
米みそ・中沢	5.5
ねぎ	10
白身魚のカレー醤油焼き	
シイラカレー醤油漬 40g	40
ひじきの彩り炒め	
人参	8
ほしひじき	1.5
ゆで大豆(ドライパック)	10
さつま揚げ(卵白抜)	6
むき枝豆 冷凍	7
三温糖	2
こいくちしょうゆ	3.2
本みりん	1.2
水	1.5
アセロラゼリー	
アセロラゼリー	35