

Bコース
平成31年03月01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
鶏肉の照り焼き	
鶏もも切り身(皮付)	60
おろししょうが	0.3
こいくちしょうゆ	6
本みりん	1
合成清酒(料理酒)	1
切干大根の炒め煮	
炒め油(サラダ油)	0.3
人参	6
切干大根	4.5
冷凍あさり	7
合成清酒(料理酒)	0.5
冷凍カット油揚げ	7
三温糖	1.5
本みりん	0.5
こいくちしょうゆ	2.7
水	4.5

Bコース
平成31年03月04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
みみそ・中沢	13
冷凍にら(4cm)	7
いりごま(白)	1
とうがらし	0.01
春巻き	
春巻	40
油	2.8
青菜とじゃこのサラダ	
揚げちりめん	3
人参	5
キャベツ	18
こまつな	25
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31年03月05日火曜日

料理名/食品名	分量
酢飯	
精白米(70g)	80
精白米(80g)	80
精白米(90g)	80
精白米(強化米)	0.25
酢飯の素	11.4
牛乳	
牛乳(200ml)(200ml)	206
菜の花のすまし汁	
かつおだしパック	3
人参	10
スクール系かまぼこ(ほぐし)	5
カットえのき	7
こいくちしょうゆ	3
食塩	0.9
冷凍菜の花	10
カットわかめ	0.5
イカスティック	
イカスティック	20
油	2.8
焼肉(手巻きの具)	
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	1.6
オイスターソース	1
スティック納豆	
彩の国 スティック納豆	20
焼きのり	
手巻きのり1/4 5枚	5
ひなあられ	
ひなあられ(10g)	10

Bコース
平成31年03月06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
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
じゃがいも	40
冷凍あさり	15
白ワイン	2
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	13
調理用牛乳	15
パセリチップ	0.03
ハンバーグトマトソース	
ハンバーグ	60
オリーブ油	0.25
玉ねぎ	13
おろしにんにく	0.24
トマト缶詰 ダイス	13
デミグラスソース	4
トマトケチャップ	5
赤ワイン	0.6
三温糖	0.26
花野菜サラダ	
冷凍ブロッコリー	30
冷凍カリフラワー	15
柑橘ドレッシング(クラス)	
かんきつドレッシング(クラス)	5

Bコース
平成31年03月07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
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
みみそ・中沢	5.5
みみそ・ヤマキ	5.5
冷凍ほうれん草	10
コロケ	
野菜コロケ	50
油	3.5
彩り豚丼の具	
炒め油(サラダ油)	0.4
豚もも(小間切れ)	40
おろししょうが	0.5
合成清酒(料理酒)	2
こいくちしょうゆ	2
玉ねぎ	25
人参	10
ごぼう(洗い)	10
しらたき	15
三温糖	3.8
こいくちしょうゆ	6
冷凍グリーンピース	4
パックソース5g	
パックソース(中濃)5g	5

Bコース
平成31年03月15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
キャベツのみそ汁	
かつおだしパック	2
人参	10
冷凍あさり	5
冷凍カット油揚げ	5
カットわかめ	0.5
キャベツ	25
麦みそ・ヤマキ	5.5
米みそ・中沢	5.5
冷凍ほうれん草	10
さばの塩焼き	
塩さば切り身	40
じゃが芋の磯煮	
炒め油(サラダ油)	0.5
豚もも(小間切れ)	13
人参	10
玉ねぎ	13
ひじき	1.5
切りこんにやく	10
じゃがいも	35
水	12
三温糖	2.5
合成清酒(料理酒)	0.4
こいくちしょうゆ	4
冷凍カットいんげん	3.2

Bコース
平成31年03月18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	17
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
にらまんじゅう①②	
にらまんじゅう	25
こんにやくサラダ	
キャベツ	35
コーン	5
ほうれん草入りこんにやく	10
人参入りこんにやく	5
中華ドレッシング(クラス)	
中華ドレッシング(クラス)	5

1~3年生 1個
4~6年生 2個

Bコース
平成31年03月19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
おふくろ汁	
かつおだしパック	2
人参	10
ねぎ	20
なめこ	10
冷凍豆腐ダイスカット	20
米みそ・中沢	10
五目厚焼き玉子	
五目厚焼きたまご	40
かてめしの具	
炒め油(サラダ油)	0.5
鶏もも(小間切れ)	10
合成清酒(料理酒)	0.3
ごぼう(洗い)	15
人参	10
干しいたけ スライス	0.7
切りこんにやく	10
冷凍カット油揚げ	10
焼ちくわ	5
三温糖	2
本みりん	1
こいくちしょうゆ	4.5
水	0.3

Bコース
平成31年03月20日水曜日

料理名/食品名	分量
バターロール(乳・卵)	
バターロール(40g)	50
バターロール(50g)	50
バターロール(60g)	50
牛乳	
牛乳(200ml)(200ml)	206
お豆のミネストローネ	
ベーコン(短冊切り)	7
ローレル(粉末)	0.01
おろしにんにく	0.3
玉ねぎ	20
人参	10
じゃがいも	20
キャベツ	15
トマトピューレー	4
トマト缶詰 ダイス	15
トマトケチャップ	3
三温糖	0.3
食塩	0.4
コンソメ・ヘルシーファーム	1.4
混合こしょう	0.02
10種ミックス(豆と穀物)	8
マカロニ(シェル)	3
サーモンのバジル焼き	
さけ切り身	40
食塩	0.3
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
グリーンサラダ	
キャベツ	20
冷凍ブロッコリー	25
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
お祝いデザート	
お米のお祝いケーキ	35g 35

Bコース
平成31年03月25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
田舎風うどん	
かつおだしパック	2
鶏むね(小間切れ)	15
人参	7
ごぼう(洗い)	7
大根	10
カットまいたけ	7
ねぎ	10
とうがらし	0.01
冷凍カット油揚げ	5
こいくちしょうゆ	17
本みりん	0.5
いりごま(白)	0.7
冷凍ほうれん草	7
菜の花入りかき揚げ	
菜の花入りかき揚げ	50
油	3.5
大豆ひじきサラダ	
ゆで大豆(ドライパック)	10
ひじき	1
キャベツ	35
人参	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