

明細献立表

Bコース
令和元年05月07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	
ベーコン(短冊切り)	5
人参	7
玉ねぎ	20
コーン	5
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
春雨(スープ用)	5
チンゲンサイ	12
揚げ餃子②	
ぎょうざ	36
油	2.5
麻婆豆腐	
炒め油(サラダ油)	0.4
豚ひき肉	12
おろししょうが	0.1
おろしにんにく	0.1
人参	8
たけのこ水煮缶	5.7
干しいたけ スライス	0.5
にら	2.5
ねぎ	5.8
中華スープの素・ヘルシーファ	0.46
三温糖	0.8
こいくちしょうゆ	2.2
米みそ・中沢	2.9
豆板醤	0.23
水	18
冷凍豆腐ダイスカット	46
でん粉(片栗粉)	0.7
ごま油	0.2

Bコース
令和元年05月08日水曜日

料理名／食品名	分量
コッペパン縦スライス(乳)	
コッペパン縦スライス(40g)	50
コッペパン縦スライス(50g)	50
コッペパン縦スライス(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	35
人参	10
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
ウインナーのイタリアンソース②	
ウインナー(20g)	40
オリーブ油	0.3
玉ねぎ	10
おろしにんにく	0.2
トマト缶詰 ダイス	10
トマトケチャップ	8
赤ワイン	0.5
三温糖	0.5
マスタード(あらびき)	1.2
パブリカサラダ	
赤パブリカ(冷凍)	4
黄パブリカ(冷凍)	4
キャベツ	40
冷凍ほうれん草	12
イタリアンドレッシング(クラス)	
イタリアンドレッシング(クラ)	5

Bコース
令和元年05月09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	7
生揚げ	12
カットわかめ	0.3
麦みそ・ヤマキ	5
米みそ・中沢	5
こいくちしょうゆ	0.4
かつおの更紗揚げ	
かつお切り身	40
こいくちしょうゆ	3.8
合成清酒(料理酒)	0.9
おろししょうが	0.5
カレー粉	0.22
でん粉(片栗粉)	7
油	2.8
すき昆布の炒め煮	
炒め油(サラダ油)	0.5
ベーコン(短冊切り)	5
人参	6.5
干しいたけ スライス	0.8
冷凍油揚げカット	5
水	2.5
三温糖	1.7
こいくちしょうゆ	3.1
本みりん	1.3
すき昆布	1.3

Bコース
令和元年05月10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
チンゲン菜と豆腐のスープ	
人参	10
玉ねぎ	20
コーン	5
糸かまぼこ(ほぐし)	10
冷凍豆腐ダイスカット	20
中華スープの素・ヘルシーファ	0.8
食塩	0.55
混合こしょう	0.02
こいくちしょうゆ	0.5
チンゲンサイ	20
かに玉	
かに玉	40
こいくちしょうゆ	4.5
三温糖	3
穀物酢	2.5
水	25
でん粉(片栗粉)	1
豚キムチ	
ごま油	0.6
豚もも(小間切れ)	22
おろししょうが	0.4
おろしにんにく	0.4
合成清酒(料理酒)	1
玉ねぎ	20
白菜キムチ	15
三温糖	1
こいくちしょうゆ	0.6
キャベツ	25
にら	5
いりごま(白)	0.4
カット河内晩柑	
カット河内晩柑 40g	40

Bコース
令和元年05月13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
山菜おろしうどん	
かつおだしパック	2
鶏もも(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
冷凍油揚げカット	5
ねぎ	10
大根	20
こいくちしょうゆ	14
本みりん	0.5
とうがらし	0.01
抹茶蒸しパン	
蒸しパンミックス	20
無調整豆乳	17
イート茶(パウダー)	0.3
水	6
甘納豆(あずき)	6
紙カップ(丸型)	1
海藻サラダ	
サラダこんにやく	10
コーン	5
キャベツ	20
きゅうり	10
ひじき	0.2
海藻ミックス	0.5
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

明細献立表

Bコース
令和元年05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
新玉ねぎのみそ汁	
かつおだしパック	2
玉ねぎ	40
人参	7
冷凍油揚げカット	5
カットえのき	10
麦みそ・ヤマキ	5.5
米みそ・中沢	5.5
豚肉の生姜焼き	
豚ロース薄切り(脂身付)	40
おろししょうが	0.8
こいくちしょうゆ	4.4
本みりん	1.44
合成清酒(料理酒)	1.44
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
カットパイ	
カットパイ	40

Bコース
令和元年05月29日水曜日

料理名／食品名	分量
フラワーロール	
フラワーロール(40g)	50
フラワーロール(50g)	50
フラワーロール(60g)	50
牛乳	
牛乳(200ml)(200ml)	206
野菜コンソメスープ	
ベーコン(短冊切り)	5
玉ねぎ	15
人参	10
じゃがいも	20
キャベツ	20
コンソメ・ヘルシーファーム	1.3
食塩	0.6
混合こしょう	0.02
冷凍ほうれん草	5
フライドチキン	
鶏もも切り身(皮付)	50
サラダスパイス	1
赤ワイン	3
おろししょうが	0.5
おろしにんにく	0.5
食塩	0.24
でん粉(片栗粉)	9
油	4.6
フルーツカクテル	
フルーツミックス	55
カクテルゼリー	25

Bコース
令和元年05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
五目スープ	
人参	10
干しいたけ スライス	1
たけのこ水煮缶	15
冷凍豆腐ダイスカット	20
中華スープの素・ヘルシーファーム	1
食塩	0.7
こいくちしょうゆ	2
チンゲンサイ	10
でん粉(片栗粉)	0.8
厚焼玉子	
厚焼きたまご	40
ソイ丼	
ベーコン(短冊切り)	8
豚ひき肉	15
レバーそぼろ	3
人参	12
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
にら	2

Bコース
令和元年05月31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
飲むヨーグルト(乳)	
飲むヨーグルト/アジミルクPLL	150
小松菜のみそ汁	
かつおだしパック	2
人参	10
大根	20
カットえのき	10
こまつな	20
米みそ・中沢	5.5
麦みそ・ヤマキ	5.5
鮭のレモン風味焼き	
さけ切り身(1%塩分)	40
本みりん	0.8
こいくちしょうゆ	3.5
レモン 果汁	3.2
肉じゃが	
炒め油(サラダ油)	0.7
豚もも(小間切れ)	23
合成清酒(料理酒)	0.4
人参	7
玉ねぎ	18
じゃがいも	53
切りこんにやく	18
三温糖	3.6
こいくちしょうゆ	5.4
冷凍カットいんげん	2
水	6