





## 明細献立表

Bコース  
令和元年 7月16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
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
カット春雨(スープ用)	3
にら	5
えびしゅうまい②	
えびシューマイ	36
生揚げの中華煮	
炒め油(サラダ油)	0.55
豚もも(小間切れ)	15
おろししょうが	0.2
人参	10
干しいたけ スライス	0.5
生揚げ	40
三温糖	1.7
こいくちしょうゆ	4.2
オイスターソース	0.55
キャベツ	30
でん粉(片栗粉)	1.1
ごま油	0.3

Bコース  
令和元年 7月17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
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
キャベツ	20
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	0.8
野菜コロッケ	
野菜コロッケ	50
油	3.5
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
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  
令和元年 7月18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
なすのみそ汁	
かつおだしパック	2
ごま油	0.2
炒め油(サラダ油)	0.3
人参	5
玉ねぎ	10
えのきたけ	5
冷凍カット油揚げ	5
なす	15
麦みそ・ヤマキ	5.5
米みそ・中沢	5.5
冷凍こまつな	5
豚肉の生姜焼き	
豚ロース薄切り(脂身付)	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
ごぼうサラダ	
千切りごぼう(サラダ用)	25
人参	6
きゅうり	2
ごまドレッシング(クラス)	
ごまドレッシング(クラス) (20	5