Bコース 令和元年10月 1日火曜日

料理名/食品名	分量
ごはん(精白米)	111
生力型 (70~)	00
相口木 (/0g)	80
精白米 (70g) 精白米 (80g) 精白米 (90g)	80
精白米 (90g)	80
精白米(強化米)	0.25
牛乳	
十七	000
牛乳(200ml)(200ml)	206
ほうれん草のみそ汁	
かつおだしパック	2
人参	5
八ツ	
冷凍豆腐ダイスカット	10
カットえのき	10
冷凍ほうれん草 麦みそ・ヤマキ	15
麦みそ・ヤマキ	5.5
米みそ・中沢	5.5
- 木がと - 千水	0.0
+100 +T14+	_
あじの一夜干し焼き あじ一夜干し	
あじ一夜干し	40
切干大根の炒り煮	
炒め油(サラダ油)	0.3
がめた(ソファル)	
人参	6
切干大根	4.5
冷凍あさり	8
合成清酒(料理酒)	0.5
	10
冷凍カット油揚げ 三温糖	1.5
二温福	
本みりん	0.5
こいくちしょうゆ	2.7
水	4.5
• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	
	+
	1
	1
	-
l .	

Bコース 令和元年10月 2日水曜日

料理名/食品名	分量
子どもパンスライス(乳)	
子供パンスライス (40g)	50
子供パンスライス (50g)	50
子供パンスライス (50g) 子供パンスライス (60g)	50
于供ハンスフィス (60g)	อบ
牛乳	
牛乳(200ml)(200ml)	206
玉ねぎ黄金スープ	
ベーコン(短冊切り) 玉ねぎ	10
エカギ	35
ソテーオニオン	5
ソテーオニオン ねぎ	10
ねさ	
コーン	15
食塩	0.9
混合こしょう	0.02
コンソメ・ヘルシーファーム パセリチップ	1.4
パセリチップ	0.03
1127777	0.00
白 良免ポーションフライ	
白身魚ポーションフライ ホキポーションフライ	F0
ホイホーションフライ	50
油	4
コールスローサラダ	
人参	10
キャベツ	35
, , ,	
フレンチドレッド・ハグ(クラス))
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
プレンテトレックング(ケ)へ)	0
5 1 5 1 1 5 7 5 1 5 1 5 1 1 1 1 1 1 1 1	
タルタルソース(乳・卵なし)	
タルタルソース(乳・卵なし	8
カットオレンジ カットオレンジ	
カットオレンジ	40

Bコース 令和元年10月 3日木曜日

16 TH A . A . B . A	
料理名/食品名	分量
ごはん(精白米)	
精白米 (70g)	80
精白米 (70g) 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
1 48 (2001111) (2001111)	
けんちん汁	
炒め油(サラダ油)	0.5
1 全	
人参	5
ごぼう(洗い)	6
大根	20
干ししいたけ スライス	0.5
かつおだしパック	0.5
切りこんにゃく さといもスライス(チルド) 冷凍豆腐ダイスカット	5
さといもスライス(チルド)	20
冷凍豆腐ダイスカット	20
冷凍カット油揚げ	5
ねぎ	10
ねぎ 食塩	0.1
こいくちしょうゆ	6.2
2011902719	0.2
鶏肉のみそ風味焼き	
鶏もも切り身(皮付)	50
食塩	0.2
<u>良塩</u> 混合こしょう	
混合こしよう	0.02
麦みそ・ヤマキ	3
ノンエッグマヨネーズ(調理用	3
ひじきサラダ	
ゆで大豆(ドライパック)	5
むき枝豆、冷凍	5
ひじき	0.5
キャベツ	35
人参	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
五点で「レフンンノ(ア)ハ	

Bコース 令和元年10月 4日金曜日

料理名/食品名	分量
ごはん(精白米)	刀里
<u> </u>	80
精白米 (70g) 精白米 (80g)	80
精白米 (90g)	80
精白米(強化米)	0.25
相口水(風心水)	0.20
牛乳	
牛乳(200ml)(200ml)	206
中華スープ	
ベーコン(短冊切り)	7
人参	10
コーン	10
玉ねぎ	10
中華スープの素・ヘルシーファ	1.7
食塩	0.45
合成清酒(料理酒)	1
こいくちしょうゆ 混合こしょう	0.4
混合こしょう	0.01
チンゲンサイ	10
春巻き	
春巻き	40
油	2.8
マーボー豆腐	
炒め油(サラダ油)	0.4
豚ひき肉	15
おろししょうが	0.1
おろしにんにく	0.1
人参	7
たけのこ水煮缶	5
干ししいたけ スライス	0.5
冷凍にら	2
ねぎ	5
中華スープの素・ヘルシーファ	0.4
三温糖	0.7
こいくちしょうゆ	1.9
米みそ・中沢	2.5
豆板醤	0.2
水	16
冷凍豆腐ダイスカット	40
でん粉(片栗粉)	0.6
ごま油	0.2

Bコース 令和元年10月 7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 (70g) 地粉うどん (80g)	80
地粉うどん (90g)	
<u> 地材つとん (90g)</u>	80
牛乳	
牛乳(200ml)(200ml)	206
きのこうどん	
	0.6
炒め油(サラダ油)	0.6
かつおだしパック	2
豚もも(小間切れ)	12
人参	7
干ししいたけ スライス	1
カットしめじ	10
まいたけ	7
みずし 134918	
冷凍カット油揚げ	7
ねぎ	10
とうがらし	0.01
こいくちしょうゆ	14
本みりん	0.5
冷凍ほうれん草	7
/ / / / / / / / / / / / / / / / / / /	
1	
さつまいもの天ぷら	
さつまいもスライス	30
薄力粉 1等	6.5
でん粉(片栗粉)	0.4
水	9.5
油	2.7
上州きんぴら	
炒め油(サラダ油)	0.5
炒め油(サラダ油) 千切りごぼう	23
	10
切りこんにゃく	7
リソニハリーグノ	
三温糖	1.8
本みりん こいくちしょうゆ	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
ごま油	0.2
	0.2
	1
	1

Bコース 令和元年10月 8日火曜日

料理名/食品名	分量
ごはん(精白米)	
精白米 (70g) 精白米 (80g) 精白米 (90g)	80
精白米 (80g)	80
精白米 (90g)	80
精白米(強化米)	0.25
THE PROPERTY OF THE PROPERTY O	
牛乳	
牛乳(200ml)(200ml)	206
もやしとにらのみそ汁 かつおだしパック	
かつおだしパック	2
人参	12
もやし	20
冷凍カット油揚げ	7
にら	10
米みそ・中沢	5.5
麦みそ・ヤマキ	5.5
257 C 1 1 1	
豆腐ハンバーグおろしソース	Z
豆腐ハンバーグ	50
三温糖	1
三温糖 本みりん	1.5
穀物酢	2.3
こいくちしょうゆ	4.5
おろしょうが	0.1
おろししょうが ソテーオニオン	15
<u> </u>	10
水	3
<u> </u>	0.2
(707)(月末初)	0.2
青菜とじゃこのサラダ	
揚げちりめん	3
コーン	5
キャベツ	18
こまつな	25
<u> </u>	20
和風ドレッシング(クラス)	
和風ドレッシング(クラス) 2	5
TH/SWIT レフンンフ(プラベ) Z	J

Bコース 令和元年10月 9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
A. I. — (\$\)	
飲むヨーグルト	
飲むヨーグルト/アシドミルクPLUS(150
コーンスープ	
ベーコン(短冊切り)	10
玉ねぎ	20
人参	10
コーン	10
じゃがいも	30
冷凍クリームコーン	22
シチューの素	8
調理用牛乳	20
コンソメ・ヘルシーファーム	0.5
コンソメ・ヘルシーファーム 食塩	0.2
混合こしょう	0.02
パセリ	0.5
チキンチーズ焼き	
鶏むね切り身(皮無)	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 とろけるチーズ パン粉	0.03
とろけるチーズ	8
パン粉	1.5
<u>紙カップ(丸型)</u>	1
配缶時使用シート	1
5 11 5 11 5 1	
クルトンサラダ 人参	10
	10
キャベツ クルトン	40
シルトン	
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 令和元年10月10日木曜日

	∧ ■
料理名/食品名	分量
ごはん(精白米)	
精日米 (70g)	80
精白米 (70g) 精白米 (80g)	80
精白米 (90g)	80
精白米 (90g) 精白米(強化米)	0.25
牛乳 牛乳(200ml)(200ml)	206
1 46 (200111) (200111)	
小松菜のすまし汁 かつおだしパック	
かつおだしパック	2
│ 人参	10
冷凍豆腐ダイスカット	20
こいくちしょうゆ	2
食塩	0.85
冷凍こまつな	20
カットえのき	7
メンチカツ	
野菜キャベツメンチカツ	50
油	3.5
\\\\ \\\\\ \\ \\\\\ \\ \\ \\ \\	
ツナじゃが	0.5
炒め油(サラダ油)	0.5
シーチキンオイル無添加フレーク	16
合成清酒(料理酒)	0.4
人参	10
玉ねぎ	20
じゃがいも	50
三温糖	2.5
こいくちしょうゆ	3
米みそ・中沢	2.8
冷凍カットいんげん	5
水	6

Bコース 令和元年10月11日金曜日

料理名/食品名	分量
ごはん(精白米)	
精白米 (70g) 精白米 (80g) 精白米 (90g)	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
里芋のごま味噌汁	
かつおだしパック	2
人参	10
さといもスライス(チルド)	30
冷凍カット油揚げ	7
カットわかめ 麦みそ・ヤマキ	0.3
麦みそ・ヤマキ	13
いりごま(白)	1
さばの塩焼き	
塩さば切り身	40
こんにゃくサラダ	
キャベツ	35
コーン	5
ほうれん草入りこんにゃく	10
人参入りこんにゃく	5
たまねぎドレッシング(クラス)	
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
味付けのり	
味付けのり1/12	3

Bコース 令和元年10月15日火曜日

料理名/食品名	分量
ごはん(精白米)	刀里
<u>生成似領口不</u> / - 結白米 (70g)	80
精白米 (70g) 精白米 (80g) 精白米 (90g)	80
特白火 (90g)	80
精白米(強化米)	0.25
有口水(法记水/	0.20
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	15
切りこんにゃく	15
冷凍カット油揚げ	5
麦みそ・ヤマキ	10
こいくちしょうゆ	0.6
白身魚の南蛮漬け	
タラ澱粉付き	40
油	3.5
おろししょ う が	0.5
三温糖	2.8
こいくちしょうゆ	3.5
穀物酢	3.5
ねぎ	5.5
とうがらし	0.01
水	10
	\perp
おひたし	
冷凍ほうれん草	15
キャベツ	30
人参	5
181	\perp
ボトルしょうゆ	
ボトルしょうゆ	2.5
	\perp
	\perp

Bコース 令和元年10月16日水曜日

料理名/食品名	分量
黒パン(乳)	77
黒パン(乳) 黒パン(1個取) (40g)	50
黒パン(1個取) (50g)	50
黒パン(1個取) (60g)	50
/// /P (
牛乳	
牛乳(200ml)(200ml)	206
1 18 (200111) (200111)	
ラビオリスープ	
ラビオリ(プレーン) ベーコン(短冊切り)	20
ベーコン(短冊切り)	10
人参	10
キャベツ	20
玉ねぎ	15
コンソメ・ヘルシーファーム	1
食塩	0.5
混合こしょう	0.03
混合こしょう 冷凍ほうれん草	10
7777657165	
オムレツ	
プレーンオムレツ	40
)	
チキンビーンズ	
炒め油(サラダ油)	0.3
鶏もも(小間切れ)	10
赤ワイン	1
玉ねぎ	25
人参	10
ゆで大豆(ドライパック)	20
トマト缶詰 ダイス	10
トマトケチャップ	5
コンソメ・ヘルシーファーム	0.75
コンソメ・ヘルシーファーム中濃ソース	3
食塩	0.08
混合こしょう	0.01
パセリチップ	0.01

Bコース 令和元年10月17日木曜日

料理名/食品名	分量
麦ごはん	
精白米 (70g)	72
精白米 (70g) 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
八爻 爻匚跋川	- 0
牛乳	
牛乳(200ml) (200ml)	206
十孔(200ml) (200ml)	200
セのニエ!	
きのこカレー	
炒め油(サラダ油)	0.5
豚もも(小間切れ) おろししょうが おろしにんにく	15
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
じゃがいも	40
カットしめじ	5
カットエリンギ	5
ソテーオニオン	6
チャツネ	1
チャツネ アップルソース	2
中濃ソース	0.5
・ 中辰ノーへ ・ 公会田も、コーク(**も7)	
給食用カレーフレーク(ハウス) こくまろカレーフレークプロブレント	14.9
こくまクカレーノレーグノロノレン	6
- /	
つくね②	
加熱レバー入り白ごまつくれ	40
グリーンサラダ	
キャベツ	20
冷凍ブロッコリー	25
柑橘ドレッシング(クラス) かんきつドレッシング(クラ	
かんきつドレッシング(クラ	5

Bコース 令和元年10月18日金曜日

料理名/食品名	分量
ごはん(精白米) 精白米 (70g) 精白米 (80g)	
精日米 (70g)	80
精日米 (80g)	80
精白米 (90g) 精白米(強化米)	80
精日米(強化米)	0.25
牛乳	_
牛乳(200ml)(200ml)	206
チンゲンサイのみそ汁	
かつおだしパック	2
人参	10
生揚げ	15
チンゲンサイ	20
麦みそ・ヤマキ	5.5
米みそ・中沢	5.5
71	
イカフライ いかフライ	
いかフライ	50
油	3.5
大根と鶏肉の煮物	
炒め油(サラダ油)	0.25
鶏もも(小間切れ)	30
合成清酒(料理酒)	1
鶏もも(小間切れ) 合成清酒(料理酒) おろししょうが	1
│	5
大根 三温糖 本みりん こいくちしょうゆ	50
三温糖	2
本みりん	1.8
こいくちしょうゆ	4.8
水	0.2
でん粉(片栗粉)	0.4
パックソース5g パックソース(中濃)5g	
ハックソース(甲濃)bg	5
	-

Bコース 令和元年10月21日月曜日

料理名/食品名	分量
地粉うどん 地粉うどん (70g)	
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
五目うどん	
かつおだしパック	2
豚もも(小間切れ)	10
が りょう にして がり がり あいまた (小間切れ) 人参	10
干ししいたけ スライス	0.5
油ななかるし	5
冷凍カット油揚げ ねぎ	5
ねぎ	10
こいくちしょうゆ	13.5
本みりん	0.5
食塩	0.25
冷凍ほうれん草	8
7月末18 77670平	
かき揚げ	
野菜かき揚げ	50
油	3.5
/H	0.0
支わかめのサラダ	
茎わかめのサラダ サラダこんにゃく	3
コーン	7
コーン キャベツ	25
くきわかめ	10
カットわかめ	0.3
カッパインかい	0.3
和風ドレッシング(クラス) 和風ドレッシング(クラス) 2	5
TUMIT レフノンフ(ソフへ) 2	3
	ı

Bコース 令和元年10月23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 子どもパン 1個取り(50g	
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)	
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
ハンバーグイタリアンソース	
ハンバーグ	60
オリーフ油	0.25
玉ねぎ	10
おろしにんにく	0.2
トマト缶詰 ダイス	15
おろしにんにく トマト缶詰 ダイス トマトケチャップ	8
三温糖	0.8
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
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

明細献立表

Bコース 令和元年10月24日木曜日

料理名/食品名 分量 ごはん(精白米) 80 精白米(70g) 精白米 (80g) 80 80 精白米 (90g) 精白米(強化米) 0.25 牛乳 牛乳(200ml)(200ml) 206 わかめスープ 人参 10 カットえのき 10 コーン 7 玉ねぎ 10 中華スープの素・ヘルシーファ 1.3 食塩 0.6 混合こしょう こいくちしょうゆ 0.02 2 カットわかめ 0.5 揚げぎょうざ② ぎょうざ 36 2.5 油 家常豆腐 <u>炒め油(サラダ油)</u> 0.6 豚もも(小間切れ) 15 おろしにんにく 0.7 0.7 おろししょうが 人参 6 干ししいたけ スライス 0.1 たけのこ水煮缶 10 ねぎ 10 生揚げ 40 豆板醬 0.2 甜麺醤 3.5 こいくちしょうゆ 2.8 オイスターソース 1 三温糖 0.4 ピーマン 7 でん粉(片栗粉) 0.7 ごま油 0.3 カットりんご カットりんご 40

Bコース 令和元年10月25日金曜日

料理名/食品名	分量
わかめごはん 精白米 (70g) 精白米 (80g)	
精白米 (70g)	80
精白米 (80g)	80
特白火 (90g)	80
精白米 (90g) 精白米(強化米)	0.25
付口不(選儿不)	
わかめごはんの素	2.8
牛乳	
牛乳(200ml)(200ml)	206
, , , , , , , , , , , , , , , , , , , ,	
豚汁	
炒め油(サラダ油) かつおだしパック	0.4
かつおだしパック	2
豚もも(小間切れ)	15
	10
ごぼう(洗い)	8
短冊こんにゃく	8
大根	20
干ししいたけ スライス 冷凍カット油揚げ	0.5
冷凍カット油揚げ	5
さといもスライス(チルド)	15
ねぎ	10
麦みそ・ヤマキ	5
米みそ・中沢	5
7137 6 1 77	
鶏肉のカレー唐揚げ	
乳まま切り身(皮付)	50
鶏もも切り身(皮付) おろししょうが	1
コンノナートラム	3
○ はき油(料油油)	2
こいくちしょうゆ 合成清酒(料理酒) カレー粉	
カレーが	0.6
でん粉(片栗粉)	9
油	4.6
 小松菜サラダ	
人参	10
キャベツ こまつな	20
こまつな	20
たまわぎドレッシング(クラス)	
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
上440トレッンノン(ソフ人)	J

Bコース 令和元年10月28日月曜日

料理名/食品名	分量
中華麺	/J 포
中華麺 (70g)	80
中華麺 (80g)	80
中華麺 (90g)	80
1 + 20 (008)	-
牛乳	
牛乳(200ml)(200ml)	206
1 10 1	
台湾ラーメン	
ごま油	0.6
豚ひき肉	20
おろししょうが	0.5
おろしにんにく	0.5
豆板醤	0.3
合成清酒(料理酒)	1
人参	15
冷凍にら	7
│ ねぎ	10
もやし	20
醤油ラーメンスープ・シャンプ	10
こいくちしょうゆ	6.5
食塩	0.3
混合こしょう チンゲンサイ	0.02
	7
でん粉(片栗粉)	1.5
にんじんしゅうまい②	
にんじんしゅうまい	36
水菜のサラダ	
水菜	15
人参	10
大根	25
ナムルドレッシング(クラス)	_
ナムルドレッシング(クラス)(5

Bコース 令和元年10月29日火曜日

料理名/食品名	分量
ごはん(精白米)	
精白米 (70g) 精白米 (80g)	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
あさりと豆腐のみそ汁	
かつおだしパック	2
人参	15
冷凍あさり	15
冷凍豆腐ダイスカット	20
ねぎ	15
カットわかめ	0.6
米みそ・中沢	5.5
米みそ・中沢 麦みそ・ヤマキ	5.5
X07 C 1 1 1	0.0
里芋コロッケ	
さといもコロッケ	50
<u></u> 油	3.5
/ H	
彩り豚丼の具	
<u>炒め油(サラダ油)</u>	0.4
炒め油(サラダ油) 豚もも(小間切れ)	40
おろししょうが	0.5
おろししょうが 合成清酒(料理酒)	2
こいくちしょうゆ	2
玉ねぎ	25
人参	10
	10
ごぼう(洗い) しらたき	15
三温糖	3.8
ニいくちしょうゆ	6
こいくちしょうゆ 冷凍グリンピース	4
バルタンプレース	
	+
	+
	_

Bコース 令和元年10月30日水曜日

料理名/食品名	分量
ツイストパン(乳)	
ツイストパン (40g)	50
ツイストパン (40g) ツイストパン (50g)	50
ツイストパン (60g)	50
フィストハン (00g)	30
牛乳	
十孔	222
牛乳(200ml)(200ml)	206
パンプキンシチュー 炒め油(サラダ油)	
炒め油(サラダ油)	0.5
鶏むね(小間切れ)	15
玉ねぎ	20
人参	10
<u> </u>	
<u> </u>	25
純パンプキン	25
コンソメ・ヘルシーファーム	0.5
食塩	0.3
混合こしょう	0.02
シチューの素	13
調理用牛乳	20
100-1111 1 70	
サーエンのバジル牌き	
サーモンのバジル焼き さけ切り身	40
さけ切り身	40
日ワイン	2.5
白ワイン こいくちしょうゆ	1
オリーフ油	1.5
バジル(乾燥)チップ	0.1
混合こしょう	0.02
201-067	
パプリカサラダ	
キャベツ	40
冷凍ほうれん草	12
- 7 (本は) (1 (4 (本)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)) (1 (+)	
赤パプリカ(冷凍) 黄パプリカ(冷凍)	3
典ハノリカ(冷凍)	3
750-5 No. 5 - 1277-	
イタリアンドレッシング(クランイタリアンドレッシング(クラ)	ス)
イタリアントレッシング(クラ)	5

Bコース 令和元年10月31日木曜日

料理名/食品名	分量
ごけん(精白米)	
精白米 (70g) 精白米 (80g) 精白米 (90g)	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
いものこ汁 かつおだしパック	
かつおだしパック	2
豚もも(小間切れ)	15
大根	10
人後 人参 冷凍さといも ぶなしめじ こいちしょうゆ	10
冷凍さといも	20
ぶなしめじ	5
こいくちしょうゆ	3
Ⅰ 艮塩	0.5
ねぎ	10
h. I. a	
タレかつ	
鶏むね切り身(皮無) 薄カ粉 1等 混合こしょう	40
	7.5
混合こしよう	0.04
水	10
パン粉	10
油	7
こいくちしょうゆ 三温糖	7
二温腊	5
本みりん	1.5
水	5
+ 51 04=5	
もやしのサラダ 冷凍ほうれん草	00
万県はつれん早 T 名	20
<u>人参</u> もやし	5
もやし	25
香味塩ドレッシング(クラス)	5
百 小塩 トレツンノン(ソフ人))