

Bコーズ
令和元年12月 6日金曜日

[illegible]

Bコース
令和元年12月13日金曜日

[illegible]

明細献立表

Bコース
令和元年12月16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
きつねうどん	
かつおだしパック	2
豚もも(小間切れ)	10
人参	10
冷凍カット油揚げ	8
カットまいたけ	5
ねぎ	10
こいくちしょうゆ	12
食塩	0.25
本みりん	0.5
冷凍ほうれん草	10
大学芋②	
さつま芋乱切り 30g	60
油	4.2
三温糖	7
こいくちしょうゆ	1.5
黒ごま	0.4
でん粉(片栗粉)	0.75
水	6
小松菜のお浸し	
こまつな	20
人参	7
もやし	20
揚げちりめん	3
ボトルしょうゆ	
ボトルしょうゆ	2.5

Bコース
令和元年12月17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
野菜碗	
かつおだしパック	2
炒め油(サラダ油)	0.5
人参	7
じゃがいも	20
大根	20
ごぼう(洗い)	7
ねぎ	12
冷凍カット油揚げ	7
麦みそ・ヤマキ	10
こいくちしょうゆ	0.6
たらの南蛮漬け	
たら澱粉付き	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
大豆の磯煮	
炒め油(サラダ油)	0.5
ひじき	1.3
人参	7
しらたき	13
干しいたけ スライス	1
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

Bコース
令和元年12月18日水曜日

料理名／食品名	分量
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
牛乳	
牛乳 (200ml) (200ml)	206
白菜のクリームスープ	
ベーコン(短冊切り)	5
玉ねぎ	20
人参	10
じゃがいも	25
はくさい	30
冷凍あさり	10
白ワイン	2
食塩	0.5
コンソメ・ヘルシーファーム	1
混合こしょう	0.02
調理用牛乳	20
シチューの素	10
パルメザンチーズ	1.2
ハーブチキン	
鶏むね切り身(皮無)	50
食塩	0.35
混合こしょう	0.02
オリーブ油	1
おろしにんにく	0.4
トマトケチャップ	4.5
マスタード(あらびき)	0.4
バジル(乾燥)チップ	0.07
オレガノ 乾燥 みじん切	0.08
パセリチップ	0.01
本庄ねぎサラダ	
ねぎ	15
もやし	15
人参	2
ほうれん草	15
ハム(短冊切り)	7
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
令和元年12月19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
春雨スープ	
人参	5
玉ねぎ	15
コーン	5
スクール系かまぼこ(ほぐ)	10
冷凍豆腐ダイスカット	20
カットはるさめ(スープ用)	3.5
食塩	0.95
混合こしょう	0.01
こいくちしょうゆ	0.5
中華スープの素・ヘルシーファ	1
チンゲンサイ	20
えびしゅうまい②	
えびしゅうまい(18g)	36
生揚げの中華煮	
炒め油(サラダ油)	0.55
豚もも(小間切れ)	10
おろししょうが	0.2
人参	7
干しいたけ スライス	0.5
生揚げ	35
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12月20日金曜日

料理名／食品名	分量
カレーピラフ	
精白米 (70g)	72
精白米 (80g)	72
精白米 (90g)	72
精白米(強化米)	0.23
ドライカレーの素	8.6
牛乳	
牛乳 (200ml) (200ml)	206
野菜コンソメスープ	
ベーコン(短冊切り)	10
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	0.7
混合こしょう	0.02
冷凍ほうれん草	5
もみの木ハンバーグ	
もみの木ハンバーグ	40
オリーブ油	0.6
玉ねぎ	7
薄力粉 1等	0.12
食塩	0.11
混合こしょう	0.01
調理用牛乳	6.7
ベシヤメルソース	0.34
クリスマスサラダ	
地場産ブロッコリー(カット)	30
地場産カリフラワー(カット)	15
赤パプリカ(冷凍)	3
茹で塩	0.5
ごまドレッシング(クラス)	
ごまドレッシング(クラス) (20	5
クリスマスデザート	
サンタさんのケーキ	26

Bコース
令和元年12月23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
米みそ・中沢	13
にら	7
いりごま(白)	1
とうがらし	0.01
たこ焼き	
タコdeたこ焼き (35g)	35
油	3.5
野菜炒め	
炒め油(サラダ油)	0.3
豚もも(小間切れ)	12
人参	5
玉ねぎ	10
キャベツ	30
ピーマン	5
洗淨きくらげ	0.5
中華スープの素・ヘルシーファ	0.1
食塩	0.25
混合こしょう	0.01