

Bコース

Bコース
令和 5年 2月15日水曜日

料理名/食品名	分量
子供パン(乳)	
子供パン 50g	50
牛乳	
牛乳(200ml)	206
バルクチョコバス	
炒め油(サラダ油)	0.5
玉ねぎ	20
人参	10
じゃがいも	20
すけそうだら 角切り	15
ローレル(粉末)	0.01
食塩	0.8
こいくちしょうゆ	0.3
コンソメ・ヘルシーファーム	1.6
混合こしょう	0.02
パセリチップ	0.02
水	165
チキンケバブ	
鶏もも切り身(皮付) 60g	60
食塩	0.5
タイム	0.06
チリパウダー	0.1
おろしにんにく	0.3
白ワイン	5
レモン 果汁	3
トマトケチャップ	3
玉ねぎ	5
マカロニサラダ	
キャベツ	30
マカロニ(ツイスト)	10
コーン	5
人参	5
ノンエッグマヨネーズ	
ノンエッグマヨネーズ	10
ヨーグルト	
ソフール元気ヨーグルト	70

明細献立表

Bコース
令和 5年 2月16日木曜日

料理名/食品名	分量
もち麦ごはん	
もち麦	10
精白米(70g)	70
精白米(強化米)	0.25
牛乳	
牛乳(200ml)	206
シーフードカレー	
炒め油(サラダ油)	0.5
玉ねぎ	20
人参	10
じゃがいも	40
いか短冊	20
冷凍むきえび	15
冷凍あさり	10
アップルソース	2
ソテーオニオン	6
チャツネ	1
中濃ソース	1
カレールウ・日糧	16
かりかり大豆	
国産炒り大豆	10
揚げちりめん	3
三温糖	2.5
こいくちしょうゆ	1.2
合成清酒(料理酒)	0.3
炒め油(サラダ油)	0.5
ほうれん草サラダ	
人参	5
ほうれん草	30
きゅうり	8
香味塩ドレッシング	
香味塩ドレッシング	5

Bコース
令和 5年 2月17日金曜日

料理名/食品名	分量
ごはん(精白米)	
精白米(80g)	80
精白米(強化米)	0.25
牛乳	
牛乳(200ml)	206
小松菜のみそ汁	
かつおだしパック	2
人参	10
カットしめじ	7
冷凍豆腐ダイスカット	10
こまつな	15
米みそ・中沢	5.5
麦みそ・ヤマキ	5.5
わかさぎフリッター②	
わかさぎフリッター 11g×2	22
油	1.54
生揚げの五目煮	
炒め油(サラダ油)	0.8
豚もも(小間切れ)	6.5
合成清酒(料理酒)	0.8
人参	8
たけのこ水煮缶	8
干しいたけ スライス	0.8
玉ねぎ	17
生揚げ	25
キャベツ	25
三温糖	1
こいくちしょうゆ	4.9
でん粉(片栗粉)	1.2
コーヒー牛乳の素	
ミルメークコーヒー	12.5

Bコース
令和 5年 2月20日月曜日

料理名/食品名	分量
地粉うどん	
地粉うどん(80g)	80
牛乳	
牛乳(200ml)	206
肉うどん	
かつおだしパック	0.5
豚もも(小間切れ)	22
おろししょうが	0.5
人参	10
おきあみ姫なると	7
カットまいたけ	7
本みりん	1
こいくちしょうゆ	12
合成清酒(料理酒)	0.8
食塩	0.2
ねぎ	12
冷凍にら	7
大豆入り野菜かき揚げ	
大豆入り野菜かき揚げ 40g	40
油	3.5
わかめサラダ	
コーン	10
キャベツ	38
カットわかめ	0.7
中華ドレッシング	
中華ドレッシング	5

Bコース
令和 5年 2月21日火曜日

料理名/食品名	分量
ごはん(精白米)	
精白米(80g)	80
精白米(強化米)	0.25
牛乳	
牛乳(200ml)	206
白菜のみそ汁	
かつおだしパック	2
人参	13
はくさい	30
冷凍カット油揚げ	5
カットえのき	5
米みそ・中沢	5
麦みそ・ヤマキ	5
ぶりの照り焼き	
ぶりの照り焼き 40g	40
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	1.5
本みりん	1.5
こいくちしょうゆ	3.5
水	3

Bコース

明細献立表

Bコース
令和5年2月22日水曜日

Bコース
令和5年2月24日金曜日

Bコース
令和5年2月27日月曜日

Bコース
令和5年2月28日火曜日

料理名/食品名	分量
ツイストパン(乳)	
ツイストパン(50g)	50
牛乳	
牛乳(200ml)	206
メキシカンスープ	
炒め油(サラダ油)	0.5
鶏もも(小間切れ)	15
人参	10
玉ねぎ	20
じゃがいも	40
ゆで大豆(ドライパック)	10
コーン	8
コンソメ・ヘルシーファーム	0.3
チリミックス	9.4
食塩	0.2
混合こしょう	0.01
こいくちしょうゆ	2
三温糖	0.12
調理用牛乳	8
とろけるチーズ	2
プレーンオムレツ	
プレーンオムレツ 40g	40
クルトンサラダ	
コーン	5
人参	5
キャベツ	40
クルトン	2
サウザンアイランドドレッシング	
サウザンアイランドドレッシング	5
カットデコボン	
デコボン	40

料理名/食品名	分量
ごはん(精白米)	
精白米(80g)	80
精白米(強化米)	0.25
牛乳	
牛乳(200ml)	206
根菜のみそ汁	
かつおだしパック	2
人参	10
大根	20
ごぼう	10
れんこん水煮	10
さといも	15
ねぎ	10
冷凍カット油揚げ	5
麦みそ・ヤマキ	12.8
水	150
メンチカツ	
メンチカツ 50g	50
油	3.5
小松菜のおひたし	
もやし	30
こまつな	20
ボトルしょうゆ	
ボトルしょうゆ	2.5

料理名/食品名	分量
中華麺	
中華麺(80g)	80
牛乳	
牛乳(200ml)	206
ちゃんぽん麺	
炒め油(サラダ油)	0.5
豚もも(小間切れ)	15
人参	5
もやし	10
キャベツ	10
コーン	8
さつま揚げ(卵白抜)	5
おきあみ姫なると	5
いか短冊	10
冷凍あさり	10
合成清酒(料理酒)	0.5
中華スープの素・ヘルシーファーム	0.3
チャンボンスープの素	11.54
食塩	0.14
混合こしょう	0.02
水	159
ねぎ塩まんじゅう②	
ねぎ塩まんじゅう 25g×2	50
白菜とハムのサラダ	
はくさい	45
人参	5
きゅうり	7
ハム(短冊切り)	8
柑橘ドレッシング	
かんきつドレッシング	5

料理名/食品名	分量
ごはん(精白米)	
精白米(80g)	80
精白米(強化米)	0.25
牛乳	
(200ml)	206
野菜椀	
かつおだしパック	2
人参	10
大根	20
ごぼう	10
ねぎ	13
短冊こんにゃく	15
冷凍カット油揚げ	5
麦みそ・ヤマキ	12.6
こいくちしょうゆ	0.6
鶏肉のごま風味焼き	
鶏もも切り身(皮付) 50g	50
いりごま(白)	2
合成清酒(料理酒)	3
本みりん	2.5
こいくちしょうゆ	3.5
おろしにんにく	0.3
混合こしょう	0.02
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	5
合成清酒(料理酒)	0.5
冷凍カット油揚げ	7
三温糖	1
本みりん	0.5
こいくちしょうゆ	2.7
水	4.5