Bコース

明 細 献 立 表

Ｂコース
令和 5年 3月 1日水曜日

料理名／食品名	分量
クロワッサン（乳）	
クロワッサン（50g）	50
牛乳	
牛乳（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
じゃがいも	45
冷凍あさり	20
コンソメ・ﾍﾙｼｰﾌｧｰﾑ	0.7
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	0.04
サーモンバジル焼き	
さけ切り身　40g	40
白ワイン	2.5
こいくちしょうゆ	1
オリーブ油	1.5
バジル(乾燥)チップ	0.1
混合こしょう	0.02
こまツナサラダ	
こまつな	20
キャベツ	15
コーン	10
シーチキンオイル無添加フレーク	10
玉ねぎドレッシング	
玉ねぎドレッシング	5

Ｂコース
令和 5年 3月 2日木曜日

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
ポークカレー	
炒め油(サラダ油)	0.5
豚もも(小間切れ)	25
赤ワイン	0.5
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
ソテーオニオン	6
チャツネ	1
アップルソース	2
中濃ソース	0.5
カレールウ・日糧	0
こくまろｶﾚｰﾌﾚｰｸﾌﾟﾛﾌﾞﾚﾝﾄﾞ	6
給食用ｶﾚｰﾌﾚｰｸ(ﾊｳｽ)	14.5
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
地場産いちご	
いちご	26

Ｂコース
令和 5年 3月 3日金曜日

料理名／食品名	分量
酢飯	
精白米（80g）	80
精白米(強化米)	0.25
酢飯の素	11.4
牛乳	
牛乳（200ml）	206
菜の花のすまし汁	
かつおだしパック	2
人参	10
あおさすり身ボール	14.1
カットえのき	7
冷凍豆腐ﾀﾞｲｽｶｯﾄ	12
こいくちしょうゆ	3
食塩	0.91
冷凍菜の花	15
カットわかめ	0.5
いかスティック②	
いかスティック 20g×2	40
油	2.8
手巻き焼肉	
炒め油(サラダ油)	0.4
豚もも(千切り)	35
おろししょうが	0.4
おろしにんにく	0.3
合成清酒(料理酒)	0.2
こいくちしょうゆ	1.5
玉ねぎ	20
人参	10
にら	3
三温糖	0.5
こいくちしょうゆ	1.5
オイスターソース	0.8
豆板醤	0.04
ツナマヨ	
ツナマヨネーズ（卵使用）	15
焼きのり	
手巻きのり1/4　5枚	5

Ｂコース
令和 5年 3月 6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
鶏塩うどん	
ごま油	0.5
鶏むね(小間切れ)	25
人参	10
カットエリンギ	8
ねぎ	10
カットわかめ	0.3
がらスープ チキン	2.5
白だし	9.7
食塩	0.58
混合こしょう	0.01
こいくちしょうゆ	0.13
ちくわの磯辺揚げ	
焼ちくわ 1/4　25g	25
薄力粉 1等	5.5
でん粉(片栗粉)	0.3
あおのり	0.1
水	6.38
油	2.8
ごぼうサラダ	
千切りごぼう	30
人参	6.5
きゅうり	9.5
ごまドレッシング	
ごまドレッシング	5

Ｂコース
令和 5年 3月7日火曜日

料理名／食品名	分量
わかめごはん	
精白米（80g）	80
精白米(強化米)	0.25
わかめごはんの素	2.8
牛乳	
牛乳（200ml）	206
けんちん汁	
炒め油(サラダ油)	0.5
人参	5
ごぼう	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
短冊こんにゃく	5
さといもスライス	20
冷凍豆腐ﾀﾞｲｽｶｯﾄ	20
冷凍カット油揚げ	5
ねぎ	10
食塩	0.2
こいくちしょうゆ	6.2
鶏肉の唐揚げ	
鶏もも切り身(皮付) 50g	50
おろししょうが	1
こいくちしょうゆ	3
合成清酒(料理酒)	2
でん粉(片栗粉)	7.5
油	3.85
花野菜サラダ	
冷凍ブロッコリー	30
冷凍カリフラワー	15
イタリアンドレッシング	
イタリアンドレッシング	5

Bコース

明 細 献 立 表

Ｂコース
令和 5年 3月 8日水曜日

料理名／食品名	分量
メロンパン(乳)	
メロンパン (40g)	40
牛乳	
牛乳(200ml)	206
ABCスープ	
ベーコン(短冊切り)	10
玉ねぎ	15
人参	5
キャベツ	25
マカロニ(ｱﾙﾌｧﾍﾞｯﾄ)	3.4
コンソメ・ﾍﾙｼｰﾌｧｰﾑ	1.5
食塩	0.9
混合こしょう	0.02
えびポテトグラタン	
えびポテトグラタン	50
チキンビーンズ	
炒め油(サラダ油)	0.3
鶏もも(小間切れ)	15
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
中濃ソース	3
食塩	0.05
混合こしょう	0.01
パセリチップ	0.01

Ｂコース
令和 5年 3月 9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
ポークストロガノフ	
豚もも(小間切れ)	18
玉ねぎ	25
人参	15
おろしにんにく	1
炒め油(サラダ油)	0.4
マッシュルームスライス	5
ハヤシフレーク(ハウス)	16.5
トマト缶詰 ダイス	16.5
デミグラスソース	7.8
ウスターソース	1.6
赤ワイン	1.3
三温糖	0.8
食塩	0.16
ローレル(粉末)	0.02
冷凍グリンピース	2.6
チキンチーズ焼き	
鶏むね切り身(皮無) 40g	40
食塩	0.2
こいくちしょうゆ	0.5
混合こしょう	0.04
オリーブ油	2
おろしにんにく	0.03
とろけるチーズ	8
パン粉	1.3
紙カップ(小判型)	1
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 5年 3月10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
餃子スープ	
人参	8
もやし	15
ひとくち水餃子	40
中華スープの素・ﾍﾙｼｰﾌｧｰﾑ	1.3
食塩	0.6
混合こしょう	0.02
こいくちしょうゆ	3.2
とうがらし	0.01
ねぎ	7
深谷ねぎメンチカツ	
深谷ねぎメンチカツ 40g	40
油	2.7
生揚げのチリソース	
炒め油(サラダ油)	0.4
おろししょうが	0.3
おろしにんにく	0.3
人参	10
カットしめじ	10
豆板醤	0.13
トマトケチャップ	6.5
コンソメ・ﾍﾙｼｰﾌｧｰﾑ	0.42
食塩	0.06
こいくちしょうゆ	1.3
三温糖	1
生揚げ	45
ねぎ	10
ごま油	0.1
でん粉(片栗粉)	0.4
水	3.5
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 3月13日月曜日

料理名／食品名	分量
中華麺	
中華麺 (80g)	80
牛乳	
牛乳(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
中華スープの素・ﾍﾙｼｰﾌｧｰﾑ	0.5
味噌ラーメンスープの素	7.7
米みそ・中沢	8.5
にら	7
いりごま(白)	1
とうがらし	0.02
春巻き	
春巻き 35g	35
油	2.8
ハムと大根のサラダ	
大根	30
キャベツ	10
きゅうり	5
ハム(短冊切り)	8
玉ねぎドレッシング	
玉ねぎドレッシング	5

Ｂコース
令和 5年 3月 14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
キムチトッポギスープ	
炒め油(サラダ油)	0.5
鶏もも(小間切れ)	18
合成清酒(料理酒)	0.5
人参	10
玉ねぎ	10
もやし	15
はくさい キムチ	15
食塩	0.3
こいくちしょうゆ	2
混合こしょう	0.02
甜麺醤	1.7
中華スープの素・ﾍﾙｼｰﾌｧｰﾑ	0.3
トッポギ	20
凍結全卵	12
でん粉(片栗粉)	0.7
さばの香味焼き	
さば切り身 40g	40
玉ねぎ	8
おろしにんにく	0.3
三温糖	1.5
こいくちしょうゆ	2.4
穀物酢	0.9
すりごま(白)	2
ほうれん草ナムル	
カットはるさめ	4
人参	5
キャベツ	10
冷凍ほうれん草	20
きゅうり	5
ナムルドレッシング	
ナムルドレッシング	5

Bコース

明 細 献 立 表

Ｂコース
令和 5年 3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
彩り団子スープ	
人参	5
玉ねぎ	15
キャベツ	15
彩り団子	25
コンソメ・ﾍﾙｼｰﾌｧｰﾑ	1
食塩	0.8
混合こしょう	0.02
こいくちしょうゆ	1.3
こまつな	10
白身魚フライ	
白身魚フライ　50g	50
油	3.5
ペンネアラビアータ	
マカロニ(ペンネ)	10
オリーブ油	0.6
おろしにんにく	0.08
ベーコン(短冊切り)	10
玉ねぎ	20
トマトケチャップ	9
トマト缶詰 ダイス	10
中濃ソース	0.7
赤ワイン	0.5
食塩	0.08
混合こしょう	0.01
コンソメ・ﾍﾙｼｰﾌｧｰﾑ	0.4
豆板醤	0.03
パセリチップ	0.02
パックソース	
パックソース(中濃)	5

Ｂコース
令和 5年 3月16日木曜日

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
豚汁	
炒め油(サラダ油)	0.4
豚もも(小間切れ)	15
人参	10
ごぼう	10
短冊こんにゃく	10
大根	20
干ししいたけ スライス	0.5
冷凍カット油揚げ	5
さといもスライス	15
麦みそ・ヤマキ	5
米みそ・中沢	5
かつおだしパック	2
ハンバーグ和風ソース	
ハンバーグ　60g	60
水	3
ソテーオニオン	15
大根	10
おろししょうが	0.1
三温糖	0.5
こいくちしょうゆ	4.5
穀物酢	2.3
本みりん	1.5
でん粉(片栗粉)	0.3
ひじきの彩り炒め	
炒め油(サラダ油)	0.5
人参	10
ひじき	1.25
しらたき	15
さつま揚げ(卵白抜)	5
むき枝豆　冷凍	6
三温糖	1.3
こいくちしょうゆ	3.2
本みりん	1.25
水	1.5

Ｂコース
令和 5年 3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
おふくろ汁	
かつおだしパック	2
人参	10
ねぎ	20
なめこ	10
冷凍豆腐ﾀﾞｲｽｶｯﾄ	20
米みそ・中沢	10
鶏のたれかつ	
鶏むね切り身(皮無) 40g	40
薄力粉 1等	7.5
混合こしょう	0.04
水	10
パン粉	8
油	7
こいくちしょうゆ	7
三温糖	4
本みりん	1.5
水	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
お祝いゼリー	
いちごのジュレ	50

Ｂコース
令和 5年 3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
うま辛肉うどん	
炒め油(サラダ油)	0.3
豆板醤	0.1
かつおだしパック	0.5
豚もも(小間切れ)	25
おろししょうが	0.5
人参	8
玉ねぎ	8
カットしめじ	10
おきあみ姫なると	5
冷凍カット油揚げ	10
合成清酒(料理酒)	0.8
本みりん	1
こいくちしょうゆ	12
食塩	0.32
にら	4
水	167
野菜コロッケ	
野菜コロッケ 50g	50
油	3.5
上州きんぴら	
炒め油(サラダ油)	0.5
千切りごぼう	25
人参	10
切りこんにゃく	10
三温糖	1.5
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)	0.43
とうがらし	0.01
ごま油	0.2

Ｂコース
令和 5年 3月22日水曜日

料理名／食品名	分量
ライスボール(乳)	
ライスボール (40g)	40
牛乳	
牛乳(200ml)	206
コーンスープ	
ベーコン(短冊切り)	10
玉ねぎ	30
コーン	15
冷凍クリームコーン	20
コンソメ・ﾍﾙｼｰﾌｧｰﾑ	0.5
調理用牛乳	20
コーンクリームスープ・ﾍﾙｼｰﾌｧｰﾑ	17
とろけるチーズ	1.5
食塩	0.1
混合こしょう	0.02
ウインナーイタリアンソース②	
ウインナー　20g×2	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	0.25
マスタード(あらびき)	1.2
グリーンサラダ	
キャベツ	20
冷凍ブロッコリー	25
きゅうり	10
イタリアンドレッシング	
イタリアンドレッシング	5