

Bコース

Bコース
令和8年2月2日月曜日

Bコース
令和8年2月3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)	0.24
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(洗い)	8
短冊こんにゃく	8
大根	20
干しいたけ スライス	0.5
冷凍カット油揚げ	5
さといもスライス	15
ねぎ	10
麦みそ・ヤマキ	12.8
顆粒和風だし・ヘルシーフーム	0.6
鶏肉のレモン煮	
鶏むね切り身(皮付) 40g	40
合成清酒(料理酒)	1
食塩	0.3
混合こしょう	0.03
でん粉(片栗粉)	7
油	2.8
三温糖	6
こいくちしょうゆ	5
レモン果汁	1.1
でん粉(片栗粉)	0.2
水	4
白菜のうま煮	
炒め油(サラダ油)	0.3
豚もも(小間切れ)	10
人参	7
玉ねぎ	10
干しいたけ スライス	0.5
たけのこ水煮缶	7
はくさい	45
おろししょうが	0.2
三温糖	0.8
こいくちしょうゆ	2
中華スープの素・ヘルシーフーム	0.6
でん粉(片栗粉)	1
ごま油	0.3

Bコース
令和8年2月4日水曜日

Bコース
令和8年2月5日木曜日

Bコース
令和8年2月6日金曜日

Bコース

Bコース
令和8年2月9日月曜日

Bコース
令和8年2月10日火曜日

明 細 獻 立 表

Bコース
令和8年2月12日木曜日

Bコース
令和8年2月13日金曜日

料理名／食品名	分量
ごはん	
精白米(80g)	80
精白米(強化米)	0.25
ジョア	
ジョア(マスカット)	125
チゲスープ	
かつおだしパック	0.8
大根	15
玉ねぎ	10
はくさい	20
はくさい キムチ	10
カットしめじ	5
すけとうだら 角切り	20
合成清酒(料理酒)	1
本みりん	1
こいくちしょうゆ	1
麦みそ・ヤマキ	4
米みそ・中沢	3
にら	5
ヤンニヨムチキン	
鶏むね切り身(皮付) 50g	50
合成清酒(料理酒)	1
食塩	0.3
混合こしょう	0.03
でん粉(片栗粉)	7
油	5
トマトケチャップ	8
三温糖	1
こいくちしょうゆ	0.8
米みそ・中沢	0.1
豆板醤	0.1
おろしにんにく	0.5
おろししょうが	0.45
合成清酒(料理酒)	1
水	4.5
タンミヨンサラダ	
カットはるさめ	5
人参	7
キャベツ	25
きゅうり	7
ナムルドレッシング	
ナムルドレッシング	5

Bコース
令和8年2月16日月曜日

Bコース

Bコース
令和8年2月17日火曜日

Bコース
令和8年2月18日水曜日

料理名／食品名	分量
ごはん(精白米)	

料理名／食品名	分量
ごはん(精白米)	

明細立表

料理名／食品名	分量
ごはん(精白米)	

料理名／食品名	分量
ごはん(精白米)	

料理名／食品名	分量
ごはん(精白米)	

Bコース
令和8年2月24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)	0.24
牛乳	
牛乳(200ml)	206
フロー	
鶏むね小間(皮付)	15
人参	10
玉ねぎ	10
キャベツ	20
米粉麺(フロー)	5
中華スープの素・ヘルシーフーム	1
食塩	0.6
こいくちしょうゆ	4
合成清酒(料理酒)	0.6
混合こしょう	0.01
チンゲンサイ	10
お魚ナゲット(2)	
お魚ナゲット 20g × 2	40
油	3
ガパオライスの具	
炒め油(サラダ油)	0.5
豆板醤	0.06
おろしにんにく	0.5
おろししょうが	0.5
鶏ひき肉	35
合成清酒(料理酒)	0.6
玉ねぎ	25
人参	15
赤パプリカ(冷凍)	6
黄パプリカ(冷凍)	6
混合こしょう	0.01
三温糖	0.37
本みりん	1.3
こいくちしょうゆ	2.9
オイスターソース	2
バジル(乾燥)チップ	0.04
コーヒー牛乳の素	
ミルメークコーヒー	12.5

Bコース

Bコース
令和8年2月25日水曜日

Bコース
令和8年2月26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
根菜のみそ汁	
かつおだしパック	2
人参	10
大根	20
ごぼう(洗い)	10
れんこん水煮	10
じゃがいも	15
ねぎ	10
冷凍カット油揚げ	5
麦みそ・ヤマキ	12.8
水	150
鶏のたれかつ	
鶏むね切り身(皮無)	40
薄力粉 1等	4
水	4.62
パン粉	4.8
油	4
こいくちしょうゆ	7
三温糖	4
本みりん	1.5
水	5
和風きのこスパゲティ	
炒め油(サラダ油)	0.4
おろしにんにく	0.1
無塩せきベーコン(短冊切り)	7
玉ねぎ	10
カットしめじ	4
カットエリンギ	10
冷凍ほうれんそう	3
こいくちしょうゆ	1.7
食塩	0.1
混合こしょう	0.01
顆粒和風だし・ヘルシーフーム	0.1
スパゲティ(ハーフ)	12
炒め油(サラダ油)	0.25
食塩	0.25

Bコース
令和8年2月27日金曜日

明 細 献 立 表