

明細献立表

Bコース
令和 8年 9月 4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)	0.24
牛乳	
牛乳(200ml)	206
チンゲン菜と豆腐のスープ	
人参	5
玉ねぎ	15
コーン	5
糸かまぼこ	5
冷凍豆腐(ダイスカット)	15
食塩	0.6
混合こしょう	0.02
こいくちしょうゆ	1
中華スープの素・ヘルシーファーム	0.8
チンゲンサイ	10
水	145
春巻き	
春巻き 35g	35
油	4.2
ブルコギ	
炒め油(サラダ油)	0.5
おろしにんにく	0.1
豚もも(小間切れ)	20
合成清酒(料理酒)	1
こいくちしょうゆ	2
人参	10
玉ねぎ	20
もやし	10
キャベツ	25
中華スープの素・ヘルシーファーム	0.2
三温糖	1.5
こいくちしょうゆ	1
コチュジャン	1.3
豆板醤	0.03
ごま油	0.5
すりごま(白)	0.5
にら	8

明細献立表

Bコーズ
令和 8年 9月11日金曜日

[illegible]

明細献立表

Bコース
令和 8年 9月18日金曜日

[illegible]

明細献立表

Bコース
令和 8年 9月30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)	40
牛乳	
牛乳 (200ml)	206
彩り団子のスープ	
玉ねぎ	10
人参	5
キャベツ	15
野菜ミックスボール	20
コンソメ・ヘルシーファーム	1
食塩	0.5
混合こしょう	0.02
こいくちしょうゆ	1.2
冷凍こまつな	5
水	145
鶏肉のマスタード焼き	
鶏もも切り身(皮付) 60g	60
合成清酒(料理酒)	3
こいくちしょうゆ	2.6
オイスターソース	2.6
ごま油	0.6
マスタード(あらびき)	2.5
混合こしょう	0.02
マカロニのトマト煮	
マカロニ(ホイール)	10
茹で塩	0.6
オリーブ油	0.6
おろしにんにく	0.08
無塩せきベーコン(短冊切り)	10
玉ねぎ	20
トマトケチャップ	8
トマト缶詰 ダイス	11
中濃ソース・高橋	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
パセリチップ	0.02