









中学コース  
平成30年05月31日木曜日

料理名／食品名	分量
バターロール(乳・卵)	
バターロール (70g)	70
牛乳	
牛乳 (200ml) (200ml)	206
オニオンスープ	
炒め油(サラダ油)	0.7
玉ねぎ	39
ソテーオニオン	6.5
コーン	13
食塩	1.11
混合こしょう	0.03
こいくちしょうゆ	1.3
コンソメ・ヘルシーファーム	1.69
冷凍ほうれん草	15.6
パセリチップ	0.39
ウインナーのトマトソース②	
ウインナー	60
オリーブ油	0.26
玉ねぎ	15.6
おろしにんにく	0.26
トマト缶詰 ダイス	14.3
デミグラスソース	3.25
トマトケチャップ	7.8
赤ワイン	0.65
コンソメ・ヘルシーファーム	0.52
三温糖	0.33
マカロニサラダ	
マカロニ(ツイスト)	10.4
キャベツ	39
赤パプリカ(冷凍)	3.9
黄パプリカ(冷凍)	3.9
イタリアンドレッシング(クラス)	
イタリアンドレッシング(クラ)	8