

明細献立表

中学コース
令和7年11月10日月曜日

[illegible]

明細献立表

中学コース
令和 7年11月18日火曜日

[illegible]

明細献立表

中学コース
令和7年11月26日水曜日

[illegible]

明細献立表

中学コース
令和 7年11月28日金曜日

料理名／食品名	分量
ごはん(精白米)	
精白米(100g)	100
精白米(強化米)	0.31
牛乳	
牛乳(200ml)	206
中華スープ	
無塩せきベーコン(短冊切り)	8.05
人参	11.5
コーン	11.5
玉ねぎ	9.1
中華スープの素・ヘルシーファーム	1.96
食塩	0.66
合成清酒(料理酒)	1.15
こいくちしょうゆ	0.5
混合こしょう	0.01
チンゲンサイ	6.5
水	175.95
油淋鶏	
鶏むね切り身(皮付) 50g	50
おろししょうが	0.65
こいくちしょうゆ	1.69
合成清酒(料理酒)	1.69
でん粉(片栗粉)	7.8
油	5.01
ごま油	0.39
ねぎ	7.8
おろししょうが	0.65
三温糖	2.34
こいくちしょうゆ	3.9
穀物酢	3.9
とうがらし	0.01
水	3.38
ほうれん草のナムル	
人参	6.5
もやし	32.5
冷凍ほうれん草	19.5
ナムルドレッシング	
ナムルドレッシング	8