

発注計画用 献立表

食別	料理名・食品名	使用量(g)
朝食 (50食)	【ごはん】	
	米	100
	【みそしる】	
	さつまいも	50
	あつあげ	15
	ねぎ	10
	みそ	12
	だし汁	150
	【ツナ炒り卵】	
	卵	50
	まぐろ油漬缶詰	29
	ミックスベジタブル	15
	油	3
	食塩	0.2
	こしょう	0.1
	【いんげんのえのきあえ】	
	さやいんげん	40
	にんじん	12
	えのきたけ味付け瓶詰	15
	【のり佃煮】	
	のり佃煮	10
昼食 (225食)	【ごはん】	
	米	100
	【さばのカレー揚げ】	
	さば	60
	食塩	0.6
	カレー粉	0.2
	薄力粉	5
	油	6
	ミニトマト	10
	【じゃがいもスープ】	
	じゃがいも	60
	たまねぎ	20
	ベーコン	5
	パセリ	0.1
	コンソメ	2
	食塩・こしょう	0.1
	【グリーンサラダ】	
	キャベツ	25
	ブロッコリー	20
	きゅうり	10
	とうもろこし缶詰	10
	プロセスチーズ	8
	フレンチドレッシング	8
	【牛乳】	200

食別	料理名・食品名	使用量(g)
おやつ (50食)	【ポテトチップス】	28
	【ほうじ茶】	200
夕食 (60食)	【ごはん】	
	米	100
	【豚肉の生姜焼き】	
	豚ロース肉	70
	しょうが	3
	しょうゆ	5
	酒	3
	みりん	2
	油	3
	レタス	20
	青じそドレッシング	8
	【かしわ汁】	
	鶏もも肉	20
	はるさめ(乾)	10
	干し椎茸	1
	にんじん	10
	にら	10
	酒	2
	しょうゆ	4
	だし汁	
	【五目豆】	
	ゆで大豆	15
	にんじん	15
	ごぼう	10
	れんこん	10
	こんぶ	0.5
	こんにゃく	10
	砂糖	4
	食塩	0.4
	しょうゆ	2
	【ごま酢あえ】	
	だいこん	40
	きゅうり	20
	にんじん	10
	かまぼこ	10
	砂糖	5
	酢	6
	食塩	0.4
	ごま	2