# 明 細 献 立 表



Ｂコース
令和 3年 6月 1日火曜日

| 料理名／食品名 | 分量 |
|---|---|
| ごはん | |
| 精白米（70g） | 80 |
| 精白米（80g） | 80 |
| 精白米（90g） | 80 |
| 精白米(強化米) | 0.25 |
| | |
| 牛乳 | |
| 牛乳(200ml/250ml)（200n | 206 |
| | |
| 玉子わかめスープ | |
| 人参 | 10 |
| ねぎ | 10 |
| 中華スープの素・ﾍﾙｼｰﾌｧ | 1.3 |
| 食塩 | 0.6 |
| 混合こしょう | 0.02 |
| こいくちしょうゆ | 2 |
| カットわかめ | 0.5 |
| 殺菌加工液卵 | 15 |
| でん粉(片栗粉) | 0.3 |
| チンゲンサイ | 10 |
| | |
| チヂミ | |
| チヂミ40g | 40 |
| 穀物酢 | 1.2 |
| こいくちしょうゆ | 2 |
| 三温糖 | 0.6 |
| ごま油 | 0.16 |
| | |
| プルコギ | |
| ごま油 | 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 | 0.2 |
| 三温糖 | 1.5 |
| こいくちしょうゆ | 1 |
| コチュジャン | 2 |
| 豆板醤 | 0.03 |
| ごま油 | 0.5 |
| すりごま(白) | 0.5 |
| にら | 8 |

Ｂコース
令和 3年 6月 2日水曜日

| 料理名／食品名 | 分量 |
|---|---|
| 子どもパンスライス | |
| 子供パンスライス（40g） | 50 |
| 子供パンスライス（50g） | 50 |
| 子供パンスライス（60g） | 50 |
| | |
| 牛乳 | |
| 牛乳(200ml/250ml)（200n | 206 |
| | |
| オニオンスープ | |
| 炒め油(サラダ油) | 0.5 |
| 玉ねぎ | 35 |
| ベーコン(短冊切り) | 10 |
| ソテーオニオン（スライス） | 2.5 |
| コーン | 10 |
| 食塩 | 0.85 |
| 混合こしょう | 0.02 |
| こいくちしょうゆ | 1 |
| コンソメ・ﾍﾙｼｰﾌｧｰﾑ | 1.3 |
| パセリ | 0.5 |
| | |
| えびかつ | |
| エビカツ 40g | 40 |
| 油 | 2.8 |
| | |
| もやしのサラダ | |
| 冷凍ほうれん草 | 20 |
| 人参 | 5 |
| もやし | 25 |
| | |
| たまねぎﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ | |
| 玉ねぎドレッシング(ｸﾗｽ)（ | 5 |
| | |
| | |
| タルタルソース | |
| タルタルソース（乳卵なし） | 8 |

Ｂコース
令和 3年 6月 3日木曜日

| 料理名／食品名 | 分量 |
|---|---|
| ごはん | |
| 精白米（70g） | 80 |
| 精白米（80g） | 80 |
| 精白米（90g） | 80 |
| 精白米(強化米) | 0.25 |
| | |
| 牛乳 | |
| 牛乳(200ml/250ml)（200n | 206 |
| | |
| 中華スープ | |
| ベーコン(短冊切り) | 7 |
| 人参 | 10 |
| ねぎ | 10 |
| 中華スープの素・ﾍﾙｼｰﾌｧ | 1.7 |
| 食塩 | 0.45 |
| 合成清酒(料理酒) | 1 |
| こいくちしょうゆ | 0.4 |
| 混合こしょう | 0.01 |
| チンゲンサイ | 10 |
| | |
| 子持ちししゃもフライ | |
| 子持ちししゃもフライ（20g） | 20 |
| 油 | 1.4 |
| | |
| 生揚げの中華煮 | |
| 炒め油(サラダ油) | 0.55 |
| 豚もも(小間切れ) | 15 |
| おろししょうが | 0.2 |
| 人参 | 7 |
| 干ししいたけ スライス | 0.5 |
| 生揚げ | 30 |
| 三温糖 | 1.2 |
| こいくちしょうゆ | 4.2 |
| オイスターソース | 0.55 |
| キャベツ | 25 |
| でん粉(片栗粉) | 1.1 |
| ごま油 | 0.3 |

Ｂコース
令和 3年 6月 4日金曜日

| 料理名／食品名 | 分量 |
|---|---|
| ごはん | |
| 精白米（70g） | 80 |
| 精白米（80g） | 80 |
| 精白米（90g） | 80 |
| 精白米(強化米) | 0.25 |
| | |
| 牛乳 | |
| 牛乳(200ml/250ml)（200n | 206 |
| | |
| かきたま汁 | |
| かつおだしパック | 2 |
| 人参 | 10 |
| 玉ねぎ | 15 |
| カットえのき | 10 |
| 冷凍豆腐ﾀﾞｲｽｶｯﾄ | 15 |
| 合成清酒(料理酒) | 0.2 |
| こいくちしょうゆ | 2.7 |
| 食塩 | 1.1 |
| でん粉(片栗粉) | 0.9 |
| 殺菌加工液卵 | 20 |
| 糸みつば | 2 |
| | |
| 豚肉の生姜焼き | |
| 豚ロース薄切り(脂身付)（ | 50 |
| おろししょうが | 1 |
| こいくちしょうゆ | 5.5 |
| 本みりん | 1.8 |
| 合成清酒(料理酒) | 1.8 |
| | |
| 青菜とじゃこの炒め物 | |
| ごま油 | 0.5 |
| ちりめんじゃこ | 3 |
| コーン | 5 |
| キャベツ | 18 |
| 冷凍こまつな | 25 |
| 本みりん | 1 |
| こいくちしょうゆ | 1.5 |
| いりごま(白) | 1 |

Ｂコース
令和 3年 6月 7日月曜日

| 料理名／食品名 | 分量 |
|---|---|
| 地粉うどん | |
| 地粉うどん（70g） | 80 |
| 地粉うどん（80g） | 80 |
| 地粉うどん（90g） | 80 |
| | |
| 牛乳（中：割増） | |
| 牛乳(200ml/250ml)（200n | 206 |
| | |
| きつねうどん | |
| かつおだしパック | 2 |
| 炒め油(サラダ油) | 1 |
| 豚もも(小間切れ) | 10 |
| 人参 | 10 |
| 冷凍カット油揚げ | 8 |
| カットまいたけ | 5 |
| ねぎ | 10 |
| こいくちしょうゆ | 12 |
| 食塩 | 0.25 |
| 三温糖 | 0.5 |
| 本みりん | 0.5 |
| 冷凍ほうれん草 | 10 |
| | |
| かみかみかき揚げ | |
| かみかみかき揚げ（50g） | 50 |
| 油 | 3.5 |
| | |
| 秩父こんにゃくサラダ | |
| ほうれん草入りこんにゃく | 10 |
| 人参入りこんにゃく | 8 |
| コーン | 5 |
| キャベツ | 38 |
| | |
| 香味塩ドレッシング | |
| 香味塩ドレッシング(ｸﾗｽ) | 5 |

# 明 細 献 立 表



Ｂコース
令和 3年 6月 8日火曜日

| 料理名／食品名 | 分量 |
|---|---|
| ごはん | |
| 精白米（70g） | 80 |
| 精白米（80g） | 80 |
| 精白米（90g） | 80 |
| 精白米(強化米) | 0.25 |
| | |
| 牛乳（中：割増） | |
| 牛乳(200ml/250ml)（200n | 206 |
| | |
| 小松菜のみそ汁 | |
| かつおだしパック | 2 |
| 人参 | 10 |
| 大根 | 20 |
| カットえのき | 10 |
| こまつな | 10 |
| 冷凍豆腐ﾀﾞｲｽｶｯﾄ | 15 |
| 米みそ・中沢 | 5.5 |
| 麦みそ・ヤマキ | 5.5 |
| | |
| 揚げ鶏のレモン風味 | |
| 鶏もも切り身(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) | 8 |
| 油 | 4 |
| 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 |
| | |
| コーンサラダ | |
| キャベツ | 35 |
| コーン | 10 |
| 人参 | 7 |
| | |
| ごまドレッシング | |
| ごまドレッシング(ｸﾗｽ)（20 | 5 |

Ｂコース
令和 3年 6月 9日水曜日

| 料理名／食品名 | 分量 |
|---|---|
| ソフトフランスパン | |
| ソフトフランスパン（40g） | 45 |
| ソフトフランスパン（50g） | 45 |
| | |
| 牛乳 | |
| 牛乳(200ml/250ml)（200n | 206 |
| | |
| クラムチャウダー | |
| 炒め油(サラダ油) | 0.3 |
| ベーコン(短冊切り) | 10 |
| 玉ねぎ | 40 |
| 人参 | 10 |
| じゃがいも | 40 |
| 冷凍あさり | 15 |
| 白ワイン | 2 |
| コンソメ・ﾍﾙｼｰﾌｧｰﾑ | 0.7 |
| 食塩 | 0.2 |
| ローレル(粉末) | 0.01 |
| 混合こしょう | 0.02 |
| シチューの素 | 13 |
| 調理用牛乳 | 15 |
| パセリ | 0.3 |
| | |
| さけのマスタード焼き | |
| さけ切り身（30g） | 30 |
| 合成清酒(料理酒) | 2.5 |
| こいくちしょうゆ | 2 |
| オイスターソース | 2 |
| ごま油 | 0.5 |
| マスタード(あらびき) | 2 |
| 混合こしょう | 0.02 |
| | |
| 野菜のペペロンチーノ | |
| オリーブ油 | 0.4 |
| おろしにんにく | 0.2 |
| 豆板醤 | 0.05 |
| ハム（短冊切り） | 15 |
| 冷凍こまつな | 12 |
| 人参 | 7 |
| カットエリンギ | 7 |
| スパゲティ(ハーフ) | 15 |
| 炒め油(サラダ油) | 0.25 |
| 茹で塩 | 0.25 |
| コンソメ・ﾍﾙｼｰﾌｧｰﾑ | 0.4 |
| こいくちしょうゆ | 2 |
| 食塩 | 0.1 |
| 混合こしょう | 0.01 |
| | |
| チョコ大豆クリーム | |
| マーシャルビーンズ(ﾁｮｺ大 | 10 |

Ｂコース
令和 3年 6月10日木曜日

| 料理名／食品名 | 分量 |
|---|---|
| ごはん | |
| 精白米（70g） | 80 |
| 精白米（80g） | 80 |
| 精白米（90g） | 80 |
| 精白米(強化米) | 0.25 |
| | |
| 牛乳（中：割増） | |
| 牛乳(200ml/250ml)（200n | 206 |
| | |
| 春雨スープ | |
| 人参 | 7 |
| 玉ねぎ | 20 |
| コーン | 5 |
| スクール糸かまぼこ(ほぐし | 10 |
| カットはるさめ(スープ用) | 3 |
| 食塩 | 0.95 |
| 混合こしょう | 0.01 |
| こいくちしょうゆ | 0.5 |
| 中華スープの素・ﾍﾙｼｰﾌｧ | 1 |
| チンゲンサイ | 20 |
| | |
| 揚げぎょうざ② | |
| 冷凍餃子（18g） | 36 |
| 油 | 2.5 |
| | |
| マーボー豆腐 | |
| 炒め油(サラダ油) | 0.4 |
| 豚ひき肉 | 10 |
| おろししょうが | 0.1 |
| おろしにんにく | 0.1 |
| 人参 | 7 |
| たけのこ千切りﾚﾄﾙﾄ | 5 |
| 干ししいたけ スライス | 0.5 |
| にら | 2 |
| ねぎ | 5 |
| 中華スープの素・ﾍﾙｼｰﾌｧ | 0.4 |
| 三温糖 | 0.7 |
| こいくちしょうゆ | 1.9 |
| 米みそ・中沢 | 2.5 |
| 豆板醤 | 0.2 |
| 水 | 16 |
| 冷凍豆腐ﾀﾞｲｽｶｯﾄ | 40 |
| でん粉（片栗粉） | 0.6 |
| ごま油 | 0.2 |
| | |
| コーヒー牛乳の素 | |
| コーヒー牛乳の素 12.5g | 12.5 |

Ｂコース
令和 3年 6月11日金曜日

| 料理名／食品名 | 分量 |
|---|---|
| ごはん | |
| 精白米（70g） | 80 |
| 精白米（80g） | 80 |
| 精白米（90g） | 80 |
| 精白米(強化米) | 0.25 |
| | |
| 牛乳（中：割増） | |
| 牛乳(200ml/250ml)（200n | 206 |
| | |
| ポークカレー | |
| 炒め油(サラダ油) | 0.8 |
| 豚もも(小間切れ) | 18 |
| 赤ワイン | 0.5 |
| おろししょうが | 0.4 |
| おろしにんにく | 0.4 |
| 玉ねぎ | 30 |
| 人参 | 10 |
| じゃがいも | 40 |
| ソテーオニオン | 6 |
| チャツネ | 1 |
| アップルソース | 2 |
| 中濃ソース | 0.5 |
| カレールウ・日糧 | 0 |
| こくまろｶﾚｰﾌﾚｰｸﾌﾟﾛﾌﾞﾚﾝﾄ | 6 |
| 給食用ｶﾚｰﾌﾚｰｸ(ﾊｳｽ) | 14.5 |
| | |
| かりかり大豆 | |
| 国産炒り大豆 | 10 |
| 揚げちりめん | 3 |
| 三温糖 | 2.7 |
| こいくちしょうゆ | 1.2 |
| 合成清酒(料理酒) | 0.3 |
| 炒め油(サラダ油) | 0.5 |
| | |
| グリーンサラダ | |
| キャベツ | 20 |
| 冷凍ブロッコリー | 25 |
| きゅうり | 8 |
| | |
| 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(ｸﾗｽ | 5 |

Ｂコース
令和 3年 6月14日月曜日

| 料理名／食品名 | 分量 |
|---|---|
| 中華麺 | |
| 中華麺（70g） | 80 |
| 中華麺（80g） | 80 |
| 中華麺（90g） | 80 |
| | |
| 牛乳 | |
| 牛乳(200ml/250ml)（200n | 206 |
| | |
| ごまみそラーメン | |
| ごま油 | 0.5 |
| 豚ひき肉 | 20 |
| おろししょうが | 0.7 |
| おろしにんにく | 0.7 |
| 混合こしょう | 0.02 |
| 人参 | 10 |
| もやし | 20 |
| コーン | 10 |
| ねぎ | 10 |
| 中華スープの素・ﾍﾙｼｰﾌｧ | 1.5 |
| 味噌ラーメンスープの素 | 6 |
| 米みそ・中沢 | 10 |
| 三温糖 | 0.03 |
| にら | 7 |
| いりごま(白) | 1 |
| とうがらし | 0.01 |
| | |
| ウインナードッグ | |
| フランクソーセージ 30g | 30 |
| ホットケーキミックス | 10 |
| 水 | 10 |
| 油 | 3 |
| | |
| 海藻サラダ | |
| サラダこんにゃく | 10 |
| キャベツ | 30 |
| 給食用海藻ミックス | 0.5 |
| カットわかめ | 0.3 |
| | |
| 棒棒鶏ドレッシング | |
| 棒棒鶏ドレッシング（ｸﾗｽ） | 5 |

# 明 細 献 立 表



Ｂコース
令和 3年 6月15日火曜日

| 料理名／食品名 | 分量 |
|---|---|
| ごはん | |
| 精白米（70g） | 80 |
| 精白米（80g） | 80 |
| 精白米（90g） | 80 |
| 精白米(強化米) | 0.25 |
| | |
| 牛乳 | |
| 牛乳(200ml/250ml)（200n | 206 |
| | |
| 水菜のすまし汁 | |
| かつおだしパック | 2 |
| 人参 | 10 |
| 冷凍豆腐ﾀﾞｲｽｶｯﾄ | 20 |
| こいくちしょうゆ | 2 |
| 食塩 | 0.85 |
| 水菜 | 15 |
| カットわかめ | 0.5 |
| | |
| 厚焼き玉子 | |
| 厚焼き玉子・焼き（40g） | 40 |
| | |
| なすのみそ炒め | |
| 炒め油(サラダ油) | 1 |
| おろししょうが | 0.4 |
| 豚もも(小間切れ) | 25 |
| 玉ねぎ | 20 |
| 人参 | 8 |
| なす | 20 |
| 三温糖 | 1.8 |
| 米みそ・中沢 | 4.5 |
| こいくちしょうゆ | 2 |
| 本みりん | 1.5 |
| ピーマン | 7 |
| | |
| カットオレンジ | |
| カットオレンジ（40g） | 40 |

Ｂコース
令和 3年 6月16日水曜日

| 料理名／食品名 | 分量 |
|---|---|
| 子どもパンスライス(乳) | |
| 子供パンスライス（40g） | 50 |
| 子供パンスライス（50g） | 50 |
| 子供パンスライス（60g） | 50 |
| | |
| 牛乳 | |
| 牛乳(200ml/250ml)（200n | 206 |
| | |
| パスタ入りタルハナ風スープ | |
| 鶏もも(小間切れ) | 5 |
| ローレル(粉末) | 0.01 |
| おろしにんにく | 0.3 |
| 玉ねぎ | 20 |
| 人参 | 10 |
| 赤パプリカ（冷凍） | 3 |
| スパゲティ(ハーフ) | 5 |
| トマトピューレー | 4 |
| トマト缶詰 ダイス | 15 |
| トマトケチャップ | 3 |
| 三温糖 | 0.34 |
| 食塩 | 0.5 |
| こいくちしょうゆ | 0.3 |
| コンソメ・ﾍﾙｼｰﾌｧｰﾑ | 1.4 |
| チキンブイヨン | 2 |
| 混合こしょう | 0.02 |
| ゆでひよこまめ（ドライパッ | 10 |
| | |
| さば竜田揚げマリネ風 | |
| 鯖の竜田揚げ 40g | 40 |
| 油 | 3.5 |
| オリーブ油 | 0.3 |
| 玉ねぎ | 15 |
| 穀物酢 | 4 |
| レモン 果汁 | 4 |
| 三温糖 | 3 |
| こいくちしょうゆ | 1 |
| 食塩 | 0.3 |
| 水 | 2.2 |
| | |
| キャベツと人参のサラダ | |
| キャベツ | 35 |
| 人参 | 5 |
| きゅうり | 10 |
| | |
| フレンチドレッシング | |
| フレンチドレッシング(ｸﾗｽ) | 8 |
| | |
| ソフール元気 | |
| ソフール　元気ヨーグルト | 70 |

Ｂコース
令和 3年 6月17日木曜日

| 料理名／食品名 | 分量 |
|---|---|
| ごはん | |
| 精白米（70g） | 80 |
| 精白米（80g） | 80 |
| 精白米（90g） | 80 |
| 精白米(強化米) | 0.25 |
| | |
| 牛乳 | |
| 牛乳(200ml/250ml)（200n | 206 |
| | |
| おふくろ汁 | |
| かつおだしパック | 2 |
| 人参 | 10 |
| ねぎ | 20 |
| なめこ | 10 |
| 冷凍豆腐ﾀﾞｲｽｶｯﾄ | 20 |
| 米みそ・中沢 | 10 |
| | |
| 彩り豚丼の具 | |
| 炒め油(サラダ油) | 0.4 |
| 豚もも(小間切れ) | 40 |
| おろししょうが | 0.5 |
| 合成清酒(料理酒) | 2 |
| こいくちしょうゆ | 2 |
| 玉ねぎ | 25 |
| 人参 | 10 |
| ごぼう(洗い) | 10 |
| しらたき | 15 |
| 三温糖 | 3.5 |
| こいくちしょうゆ | 6 |
| むき枝豆　冷凍 | 4 |
| | |
| 上里小松菜サラダ | |
| 人参 | 5 |
| キャベツ | 20 |
| こまつな | 20 |
| コーン | 10 |
| | |
| ナムルドレッシング | |
| ナムルドレッシング(ｸﾗｽ)（ | 5 |

Ｂコース
令和 3年 6月18日金曜日

| 料理名／食品名 | 分量 |
|---|---|
| ごはん | |
| 精白米（70g） | 80 |
| 精白米（80g） | 80 |
| 精白米（90g） | 80 |
| 精白米(強化米) | 0.25 |
| | |
| 牛乳 | |
| 牛乳(200ml/250ml)（200n | 206 |
| | |
| じゃが芋と生揚げのみそ汁 | |
| かつおだしパック | 2 |
| じゃがいも | 25 |
| 玉ねぎ | 20 |
| 人参 | 5 |
| 生揚げ | 10 |
| ねぎ | 10 |
| カットわかめ | 0.3 |
| 麦みそ・ヤマキ | 5.5 |
| 米みそ・中沢 | 5.5 |
| | |
| あじの塩焼き | |
| 塩あじ切り身 40g | 40 |
| | |
| 大豆の磯煮 | |
| 炒め油(サラダ油) | 0.5 |
| ひじき | 1.3 |
| 人参 | 7 |
| しらたき | 13 |
| 干ししいたけ スライス | 1 |
| ゆで大豆(ドライパック) | 15 |
| 三温糖 | 1.5 |
| 本みりん | 1.5 |
| こいくちしょうゆ | 3.5 |
| 水 | 3 |
| | |
| のりふりかけ | |
| すこやかふりかけのり | 2 |

Ｂコース
令和 3年 6月21日月曜日

| 料理名／食品名 | 分量 |
|---|---|
| 地粉うどん | |
| 地粉うどん（70g） | 80 |
| 地粉うどん（80g） | 80 |
| 地粉うどん（90g） | 80 |
| | |
| 牛乳 | |
| 牛乳(200ml/250ml)（200n | 206 |
| | |
| 本庄なすのつけ汁 | |
| 炒め油(サラダ油) | 0.7 |
| 豚もも(小間切れ) | 10 |
| なす | 10 |
| 人参 | 5 |
| カットまいたけ | 5 |
| 冷凍カット油揚げ | 5 |
| ねぎ | 10 |
| とうがらし | 0.01 |
| こいくちしょうゆ | 14 |
| 本みりん | 0.5 |
| 三温糖 | 0.5 |
| いりごま(白) | 0.7 |
| かつおだしパック | 0.7 |
| 冷凍ほうれん草 | 7 |
| | |
| ちくわの磯辺揚げ | |
| 焼ちくわ 1/4 25g | 25 |
| 薄力粉 1等 | 6 |
| でん粉(片栗粉) | 0.4 |
| あおのり | 0.12 |
| 水 | 9.5 |
| 油 | 2.8 |
| | |
| 本庄きゅうりサラダ | |
| サラダこんにゃく | 8 |
| 冷凍ブロッコリー | 20 |
| きゅうり | 25 |
| | |
| たまねぎﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ | |
| 玉ねぎドレッシング(ｸﾗｽ)（ | 5 |

# 明 細 献 立 表



Ｂコース
令和 3年 6月22日火曜日

| 料理名／食品名 | 分量 |
|---|---|
| ごはん | |
| 精白米（70g） | 80 |
| 精白米（80g） | 80 |
| 精白米（90g） | 80 |
| 精白米(強化米) | 0.25 |
| | |
| 牛乳 | |
| 牛乳(200ml/250ml)（200n | 206 |
| | |
| チンゲン菜と豆腐のスープ | |
| 人参 | 10 |
| 玉ねぎ | 20 |
| コーン | 5 |
| スクール糸かまぼこ(ほぐし | 10 |
| 冷凍豆腐ﾀﾞｲｽｶｯﾄ | 20 |
| 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 | 0.8 |
| チンゲンサイ | 20 |
| | |
| いかナゲット② | |
| いかナゲット | 40 |
| 油 | 2.8 |
| | |
| ビビンバごはんの具 | |
| ごま油 | 0.45 |
| 豚ひき肉 | 27 |
| 合成清酒(料理酒) | 0.8 |
| おろししょうが | 0.65 |
| おろしにんにく | 0.65 |
| 人参 | 6 |
| ぜんまい水煮 | 5 |
| はくさい キムチ | 5.8 |
| 三温糖 | 2.4 |
| こいくちしょうゆ | 4.8 |
| 本みりん | 1 |
| 豆板醤 | 0.06 |
| 冷凍ほうれん草 | 10 |
| もやし | 33 |
| オイスターソース | 0.7 |
| いりごま(白) | 1 |

Ｂコース
令和 3年 6月23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） | 50 |
| フラワーロール（50g） | 50 |
| フラワーロール（60g） | 50 |
| | |
| 牛乳 | |
| 牛乳(200ml/250ml)（200n | 206 |
| | |
| ABCスープ | |
| ベーコン(短冊切り) | 6 |
| 玉ねぎ | 15 |
| 人参 | 8 |
| じゃがいも | 15 |
| キャベツ | 25 |
| マカロニ(ｱﾙﾌｧﾍﾞｯﾄ) | 5.5 |
| コンソメ・ﾍﾙｼｰﾌｧｰﾑ | 1 |
| 食塩 | 0.9 |
| 混合こしょう | 0.03 |
| | |
| チキンのチーズ焼き | |
| 鶏むね切り身(皮無)（40g） | 40 |
| 食塩 | 0.25 |
| こいくちしょうゆ | 0.7 |
| 混合こしょう | 0.04 |
| オリーブ油 | 2 |
| おろしにんにく | 0.03 |
| とろけるチーズ | 8 |
| パン粉 | 1.5 |
| 紙カップ（丸型） | 1 |
| 配缶時使用シート | 1 |
| | |
| ごぼうサラダ | |
| 千切りごぼう（サラダ用） | 25 |
| 人参 | 6 |
| きゅうり | 8 |
| | |
| ごまドレッシング | |
| ごまドレッシング(ｸﾗｽ)（20 | 5 |

Ｂコース
令和 3年 6月24日木曜日

| 料理名／食品名 | 分量 |
|---|---|
| わかめごはん | |
| 精白米（70g） | 80 |
| 精白米（80g） | 80 |
| 精白米（90g） | 80 |
| 精白米(強化米) | 0.25 |
| わかめごはんの素 | 2.8 |
| | |
| 牛乳 | |
| 牛乳(200ml/250ml)（200n | 206 |
| | |
| 上里東小玉ねぎのみそ汁 | |
| かつおだしパック | 2 |
| 玉ねぎ | 40 |
| 冷凍カット油揚げ | 5 |
| 冷凍豆腐ﾀﾞｲｽｶｯﾄ | 15 |
| こまつな | 10 |
| 麦みそ・ヤマキ | 5.5 |
| 米みそ・中沢 | 5.5 |
| | |
| じゃが芋のカレー煮 | |
| 炒め油(サラダ油) | 0.3 |
| 豚もも(小間切れ) | 20 |
| 合成清酒(料理酒) | 0.3 |
| 人参 | 10 |
| 玉ねぎ | 15 |
| 切りこんにゃく | 15 |
| じゃがいも | 35 |
| 水 | 12 |
| 三温糖 | 1.2 |
| 本みりん | 0.6 |
| こいくちしょうゆ | 3.5 |
| カレー粉 | 0.25 |
| 冷凍カットいんげん | 4 |
| | |
| 地場産上里サラダ | |
| むき枝豆　冷凍 | 10 |
| 人参 | 5 |
| キャベツ | 20 |
| アスパラガス | 10 |
| きゅうり | 8 |
| | |
| ももゼリー | |
| ももゼリー | 50 |
| | |
| フレンチドレッシング(クラス) | |
| フレンチドレッシング(ｸﾗｽ) | 8 |

Ｂコース
令和 3年 6月25日金曜日

| 料理名／食品名 | 分量 |
|---|---|
| ごはん | |
| 精白米（70g） | 80 |
| 精白米（80g） | 80 |
| 精白米（90g） | 80 |
| 精白米(強化米) | 0.25 |
| | |
| 牛乳 | |
| 牛乳(200ml/250ml)（200n | 206 |
| | |
| あさりと豆腐のみそ汁 | |
| かつおだしパック | 2 |
| 人参 | 15 |
| カットえのき | 10 |
| 玉ねぎ | 12 |
| 冷凍あさり | 15 |
| 冷凍豆腐ﾀﾞｲｽｶｯﾄ | 20 |
| カットわかめ | 0.6 |
| 米みそ・中沢 | 5.5 |
| 麦みそ・ヤマキ | 5.5 |
| | |
| 鶏肉のねぎ塩麹焼き | |
| 鶏むね切り身(皮付)（40g） | 40 |
| 液体塩こうじ | 3.3 |
| ねぎ | 4 |
| 合成清酒(料理酒) | 0.7 |
| おろししょうが | 1 |
| おろしにんにく | 0.5 |
| ごま油 | 1 |
| | |
| 上州きんぴら | |
| 炒め油(サラダ油) | 0.5 |
| 千切りごぼう | 23 |
| 人参 | 10 |
| 切りこんにゃく | 7 |
| 三温糖 | 1.5 |
| 本みりん | 0.7 |
| こいくちしょうゆ | 3 |
| 冷凍カットいんげん | 3 |
| いりごま(白) | 0.5 |
| とうがらし | 0.01 |
| ごま油 | 0.2 |

Ｂコース
令和 3年 6月28日月曜日

| 料理名／食品名 | 分量 |
|---|---|
| 中華麺 | |
| 中華麺（70g） | 80 |
| 中華麺（80g） | 80 |
| 中華麺（90g） | 80 |
| | |
| 牛乳 | |
| 牛乳(200ml/250ml)（200n | 206 |
| | |
| 台湾ラーメン | |
| ごま油 | 0.6 |
| 豚ひき肉 | 20 |
| おろししょうが | 0.5 |
| おろしにんにく | 0.5 |
| 豆板醤 | 0.35 |
| 合成清酒(料理酒) | 1 |
| 人参 | 15 |
| にら | 7 |
| ねぎ | 10 |
| もやし | 20 |
| 醤油ラーメンスープ | 10 |
| こいくちしょうゆ | 6.5 |
| 食塩 | 0.3 |
| 混合こしょう | 0.02 |
| チンゲンサイ | 7 |
| でん粉(片栗粉) | 1.5 |
| | |
| 春巻き | |
| 春巻き(35g) | 35 |
| 油 | 2.8 |
| | |
| フルーツ杏仁 | |
| フルーツミックス | 50 |
| やわらか杏仁豆腐Fe | 30 |

# 明 細 献 立 表



Ｂコース
令和 3年 6月29日火曜日

| 料理名／食品名 | 分量 |
|---|---|
| ごはん | |
| 精白米（70g） | 80 |
| 精白米（80g） | 80 |
| 精白米（90g） | 80 |
| 精白米(強化米) | 0.25 |
| | |
| 牛乳 | |
| 牛乳(200ml/250ml)（200n | 206 |
| | |
| 本庄なすのみそ汁 | |
| かつおだしパック | 2 |
| ごま油 | 0.65 |
| 人参 | 5 |
| 玉ねぎ | 10 |
| 生揚げ | 15 |
| なす | 15 |
| こまつな | 10 |
| 麦みそ・ヤマキ | 5.5 |
| 米みそ・中沢 | 5.5 |
| | |
| 照り焼きハンバーグ | |
| ハンバーグ 60g | 60 |
| こいくちしょうゆ | 7 |
| 本みりん | 4 |
| 三温糖 | 3 |
| でん粉(片栗粉) | 0.6 |
| 水 | 13 |
| | |
| 切干大根のサラダ | |
| 切干大根 | 4 |
| キャベツ | 20 |
| 人参 | 7 |
| | |
| 棒棒鶏ドレッシング | |
| 棒棒鶏ドレッシング（ｸﾗｽ） | 5 |

Ｂコース
令和 3年 6月30日水曜日

| 料理名／食品名 | 分量 |
|---|---|
| コッペパン縦スライス(乳) | |
| コッペパン縦スライス（40g | 50 |
| コッペパン縦スライス（50g | 50 |
| コッペパン縦スライス（60g | 50 |
| | |
| 牛乳 | |
| 牛乳(200ml/250ml)（200n | 206 |
| | |
| 彩り団子のスープ | |
| 人参 | 10 |
| 玉ねぎ | 25 |
| 彩り団子 | 25 |
| コンソメ・ﾍﾙｼｰﾌｧｰﾑ | 1 |
| 食塩 | 0.8 |
| 混合こしょう | 0.02 |
| こいくちしょうゆ | 1.2 |
| 冷凍こまつな | 15 |
| | |
| 焼きウインナー② | |
| ウインナー（20g） | 40 |
| | |
| 焼きそば | |
| 炒め油(サラダ油) | 0.5 |
| 豚もも(小間切れ) | 13 |
| 人参 | 8 |
| 玉ねぎ | 10 |
| キャベツ | 23 |
| もやし | 10 |
| 中華スープの素・ﾍﾙｼｰﾌｧ | 0.1 |
| 食塩 | 0.05 |
| 混合こしょう | 0.01 |
| ウスターソース | 4 |
| 焼きそばソース | 5 |
| あおのり | 0.1 |
| スパゲティ(ハーフ) | 13 |