

2023年12月

統括Cコース

食			食			食			食			1日(金) 651-1,446 計 2,097 食		
												1. 米粉あずきパン 2. 牛乳 3. 野菜の米粉クリームシチュー 4. 鮭フライ(冷) 40g 5. パック中濃ソース3g		
食材名	1人当	使用量	食材名	1人当	使用量	食材名	1人当	使用量	食材名	1人当	使用量	食材名	1人当	使用量
												*サラダ油	1	1.3
												*若鶏肉 胸皮付き	10	13
												玉ねぎ	31.91	41.49
												にんじん 生	10.31	13.4
												かぶ(葉なし)	32.97	42.86
												*コンソメ 粉末有塩	0.8	1.04
												塩	0.3	0.39
												こしょう	0.03	0.04
												*調理用牛乳	40	52
												*バター	0.5	0.65
												米粉	6	7.8
												冷凍ポッコーラ Sサイズ	15	19.5
												*鮭フライ(冷凍)	40	
												*白絞油(センター)	4	5
												*鮭フライ(冷凍)		50
												*パック中濃ソース3g	3	3

2023年12月

統括Cコース

4日(月) 653-1, 447 計 2,100 食			5日(火) 650-1, 447 計 2,097 食			6日(水) 651-1, 446 計 2,097 食			7日(木) 650-1, 448 計 2,098 食			8日(金) 651-1, 446 計 2,097 食		
1. 麦飯 (全学年) 1. 麦飯 (全学年) 2. 牛乳 2. 牛乳 3. スープ カレー 3. スープ カレー 4. フルーカカテル(パナ抜) 4. フルーカカテル(パナ抜)			1. 白飯 (全学年) 1. 白飯 (全学年) 2. 牛乳 2. 牛乳 3. 四湖豆腐(豚上肉豆腐増) 3. 四湖豆腐(豚上肉豆腐増) 4. 白菜の甘酢和え 4. 白菜の甘酢和え 5. 冬みかん 5. 冬みかん			1. 米粉セルフパン 1. 米粉セルフパン 2. 牛乳 2. 牛乳 3. ナゲル菜と柿のクリーム煮 3. ナゲル菜と柿のクリーム煮 4. スラッビージョー 4. スラッビージョー 5. プリン (卵抜き) 5. プリン (卵抜き)			1. 白飯 (全学年) 1. 白飯 (全学年) 2. 牛乳 2. 牛乳 3. 肉じゃがのみそ煮Fe 3. 肉じゃがのみそ煮Fe 4. いわししょうが煮50g 4. いわししょうが煮50g			1. 小白飯 (全学年) 1. 小白飯 (全学年) 2. 牛乳 2. 牛乳 3. うどん(小松菜) 3. うどん(小松菜) 4. お魚ナゲット (2ヶ) 4. お魚ナゲット (3ヶ) 5. パナナ (1/2本) 5. パナナ (1/2本) 6. カシューナッツ10g 6. カシューナッツ15g		
食材名	1人当	使用量	食材名	1人当	使用量	食材名	1人当	使用量	食材名	1人当	使用量	食材名	1人当	使用量
*サラダ油	0.8	1.04	*サラダ油	1	1.3	*サラダ油	1.2	1.5	*サラダ油	1	1.3	*煮干(だし用)	3	4
*若鶏肉 もも皮なし	18	23.4	おろししょうが生 国産	0.8	1	玉ねぎ	29.79	38.72	*豚上肉 もも	30	40	昆布エキス	0.3	0.39
玉ねぎ	31.91	41.49	ガーリック	0.01	0.01	ほたてがし、貝柱	30	40	じゃがいも冷凍(乱切り)	80	100	*豚上肉 もも	8	10.4
にんじん 生	17.53	22.78	*豚上肉 もも	20	25	マッシュルーム水煮 スライス缶	10	13	玉ねぎ	37.23	47.87	にんじん 生	5.15	7.22
じゃがいも (メークイン)	55.56	72.22	干ししいたけ すべて国内	0.4	0.52	じゃがいも 生	50	65	にんじん 生	16.29	21.75	*油揚げ(カット)	8	10
冷やしアボカド(熟)外国	10	13	もうそう竹(千切) 外国	10	13	*調理用牛乳	40	50	しらたき	20	26	*醤油こいくち	7.5	9.75
キャベツ 生	23.53	30.59	にんじん 生	10.31	13.4	米粉	6	7.8	おろししょうが生 国産	0.5	0.7	塩	0.1	0.13
トマトダイスカット	10	13	*チキンガラスープ	8	10	*コンソメ 粉末有塩	0.6	0.78	三温糖	1.8	2.34	*うどん	70	80
*スープカレールウ(マイルド)	6.5	8.45	料理酒	1	1.3	塩	0.35	0.46	*強化みそ	6.5	8.45	こまつな、葉	10.99	14.29
*スープカレールウ(ホット)	3	3.9	三温糖	1.7	2.21	こしょう	0.03	0.04	*醤油こいくち	1.8	2.34	長ねぎ 根深ねぎ	11.24	14.61
がラムマサラ	0.03	0.04	*醤油こいくち	6	7.8	チンゲン菜	21.18	27.53	みりん	2	2.6			
おろしにんにく冷凍 国産	0.2	0.26	唐がらし	0.01	0.01				グリンピース 冷凍	5	7	*おさかなナゲット(5種編)	40	60
おろししょうが生 国産	0.25	0.33	塩	0.08	0.1	*サラダ油	1	1.3	水	30	41.6			
白ワイン	0.3	0.39	でん粉	1.5	1.95	*豚上ひき肉	15	20				*バナナ	93.33	93.33
*コンソメ 粉末有塩	0.1	0.13	長ねぎ 根深ねぎ	5.62	7.87	玉ねぎ	21.28	27.66	*いわし生姜煮	50	50			
*チキンガラスープ	6	7.8	グリンピース 冷凍	3	4	*高野豆腐(粒状)	8	10.4	*いわし生姜煮	0	0	*カシューナッツ 小袋	10	
塩	0.18	0.23	*マーボー豆腐	140	170	にんじん 生	10.82	14.02				*カシューナッツ 小袋		15
						ピーマン(グリーン冷凍) スライス 国産	2.5	3.25						
*黄桃缶 デザート(外国)	30	39	白菜	58.51	76.6	ケチャップ	10	13						
パイン缶 チビット	30	39	にんじん 生	3.09	4.02	*ウスターソース	3	3.9						
みかん缶	10	13	塩	0.43	0.56	塩	0.05	0.06						
寒天缶	10	13	食酢(穀物酢)	1.4	1.8	三温糖	0.5	0.65						
三温糖	1.7	2	三温糖	2	2.6	*粉チーズ	1	1.3						
赤ぶどう酒	1	1.3												
			冬みかん	100	100	プリン(アレルゲンなし)	40	40						
小皿使用			小皿使用			小皿使用			小皿使用			小皿使用		

2023年12月

統括Cコース

18日(月) 654-1,446 計 2,100 食			19日(火) 649-1,446 計 2,095 食			20日(水) 651-1,446 計 2,097 食			21日(木) 651-1,446 計 2,097 食			22日(金) 651-1,446 計 2,097 食														
1. 麦飯 (全学年) 2. 牛乳 3. エピカレー 4. 福神漬 5. 黄桃ミックス			1. 白飯 (全学年) 2. 牛乳 3. 沢煮椀 4. かぼちゃの天ぷら40g 5. 冬みかん			1. 白飯 (全学年) 2. 牛乳 3. 沢煮椀 4. 1kg 分の天ぷら (冷) 50g 5. 冬みかん 6. ふりかけ (ca mg)			1. 米粉コッペパン 2. 牛乳 3. 海の幸のビリカスプ 4. ミックスポテト (芋増) 5. マーシャルビーンズ			1. 米粉コッペパン 2. 牛乳 3. 海の幸のビリカスプ 4. ミックスポテト (芋増) 5. マーシャルビーンズ			1. 白飯 (全学年) 2. 牛乳 3. 豆腐の親子卵とじ 4. 寒締めほうれん草の中華サラダ 5. パックドレッシング (中華)			1. 白飯 (全学年) 2. 牛乳 3. 豆腐の親子卵とじ 4. 寒締めほうれん草の中華サラダ 5. パックドレッシング (中華)			1. 米粉コッペパン 2. 牛乳 3. 鶏肉のトマトソース煮 4. グラタン40g (国産とうもろこし) 5. クリスマス三色デザート			1. 米粉コッペパン 2. 牛乳 3. 鶏肉のトマトソース煮 4. グラタン40g (国産とうもろこし) 5. クリスマス三色デザート		
食材名	1人当	使用量	食材名	1人当	使用量	食材名	1人当	使用量	食材名	1人当	使用量	食材名	1人当	使用量												
*サラダ油	1	1.3	*豚並肉 肩	15	20	にんじん 生	7.22	9.28	*和風だしの素 粉末	0.4	0.52	*サラダ油	0.5	0.65												
おろししょうが生 国産	0.5	0.7	ごぼう しぶとり	8.89	11.56	*あさり 冷凍	15	20	料理酒	1	1.3	おろしにんにく冷凍 国産	0.5	0.65												
ガーリック	0.1	0.13	にんじん 生	10.31	13.4	*中えび 冷凍	15	20	みりん	2	2.6	*若鶏肉 もも皮付き	50	65												
玉ねぎ	31.91	42.55	もうそう竹 (千切) 外国	8	10	*かのこいか冷凍1cm巾(外国)	15	20	三温糖	2	2.6	にんじん 生	15.46	20.1												
にんじん 生	20.62	26.8	干しいたけ ｽﾀｲ国内	0.5	0.5	もやし 緑豆	10.31	13.4	*醤油こいくち	6	7.8	玉ねぎ	31.91	41.49												
月桂樹の葉	0.01	0.01	玉ねぎ	21.28	31.91	*豆腐	30	40	塩	0.1	0.13	トマトダイスカット	15	20												
*チキンガラスープ	2.5	3.25	*かつおぶしエキス	0.7	0.91	料理酒	1	1.3	*若鶏肉 胸皮付き	20	26	キャベツ 生	35.29	45.88												
じゃがいも冷凍(乱切り)	50	65	プチいももち	23	29.9	三温糖	0.1	0.13	にんじん 生	10.31	13.4	*チキンガラスープ	3	3.9												
*中えび 冷凍	30	37	*醤油こいくち	2.5	3.2	*スープストック 中華味	0.25	0.33	もうそう竹 (千切) 外国	10	15	*コンソメ 粉末有塩	0.2	0.26												
*中濃ソース	2.5	3.25	塩	0.39	0.5	*韓国風チゲの素	3	3.9	干しいたけ ｽﾀｲ国内	0.5	0.65	ケチャップ	5	6.5												
ケチャップ	1.3	1.69	みつば	2	2.6	こしょう	0.04	0.05	*マーボー豆腐	130	160	*ウスターソース	4	5.2												
*おろししょうが生(甘口)	4.5	5.85				*ごま 白いり	0.5	0.7	*冷凍 液卵	35	46	三温糖	0.5	0.65												
*カレールー辛口 フレーク	6	7.8	*かぼちゃ天ぷら冷凍(乳・卵なし)	40		*醤油こいくち	2.7	3.6	長ねぎ 根深ねぎ	11.24	14.61	塩	0.1	0.13												
*サラダ油	2.4	3.12	*白絞油(センター)	4	5	*ごま油	0.7	0.91				こしょう	0.01	0.01												
*小麦粉	2.5	3.25				*赤味噌	3.4	4.42	ほうれん草 (センター)	16.67	21.67	ピーマン (グリーン冷凍) スライス 国産	5	7												
*調理用牛乳	14	18.2	*かぼちゃ天ぷら冷凍(乳・卵なし)		50	みりん	1	1.3	もやし 緑豆	30.93	40.21															
カレー粉	0.2	0.3	冬みかん	100	100	にら	5.26	6.84	*むき枝豆 冷凍	5	6.5	*グラタン (ルバズ・とうもろこし)	40													
*福神漬(国内)	10	11				長ねぎ 根深ねぎ	5.62	7.3																		
			*Ca・Mg/リカオふりかけ		2.6				*笑顔ドレッシング 中華香味	8	8	*グラタン (ルバズ・とうもろこし)		60												
パイナップル チビット	20	26				*サラダ油	0.5	0.7				*三色デザート(鉄・Ca) (和洋)	40	40												
みかん缶	20	26				*モモペーパーコン冷凍	5	7																		
*黄桃缶 ｽﾀｲ(外国)	20	26				ミックスベジタブル	10	13																		
						塩	0.21	0.27																		
						こしょう	0.02	0.02																		
						*バター	1.5	2																		
						じゃがいも冷凍(乱切り)	100	130																		
						*ダイオウチーズ 8角	5	7																		
						*マーシャルビーンズ	15	15																		
小皿使用			小皿使用			小皿使用			小皿使用			小皿使用														

