

様式 I

調理場名

吉舎学校給食共同調理場

6月22日(月)		6月23日(火)		6月24日(水)		6月25日(木)		6月26日(金)	
ごはん 牛乳 豚キムチ もずく入りサンラータン		わかめごはん 牛乳 みそコーンラーメン ごぼうサラダ カリカリそら豆		もち麦ごはん 牛乳 肉団子と大豆のトマト煮込み チーズ入り鉄分サラダ オレンジ		ごはん あじのさっぱりオニオンソース かぼちゃの豆乳スープ		ごはん 新じゃがの含め煮 和風マカロニサラダ	
食品名	小分量	食品名	小分量	食品名	小分量	食品名	小分量	食品名	小分量
牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206
油	0.25	油	0.25	油	0.25	油	0.25	油	0.25
米	70	米	70	米	65	米	70	米	70
強化米	0.2	強化米	0.2	強化米	0.2	強化米	0.2	強化米	0.2
		炊き込みわかめ	2	もち麦	5				
豚バラ肉	20					あじ	50	鶏もも肉	20
たまねぎ	30	冷凍中華めん	30			酒	1	たまねぎ	30
白菜キムチ	20	豚もも肉	10	大豆	7	塩	0.1	にんじん	20
ぶなしめじ	7	たまねぎ	25	煮込み用ミートボール	20	こしょう	0.01	じゃがいも	60
にら	5	チンゲンサイ	15	たまねぎ	50	米粉	5	糸こんにやく	20
糸こんにやく	10	ホールコーン冷凍	10	じゃがいも	60	揚げ油	3	さつまあげ	10
白ごま	1	なると	5	にんじん	10	たまねぎ	20	さやいんげん冷凍	5
濃口醤油	2	がらスープ	10	マッシュルーム水煮	7	にんじん	7	油	1
塩	0.2	中華スープ	0.5	グリーンピース冷凍	5	ピーマン	7	三温糖	1.5
こしょう	0.01	米みそ	6	油	1	おろししょうが	0.3	みりん	1.2
オイスターソース	1.5	濃口醤油	0.3	トマト水煮	15	おろしにんにく	0.3	濃口醤油	2
おろししょうが	0.2	こしょう	0.02	コンソメ	1	酢	5	薄口醤油	2
おろしにんにく	0.2	水	120	ケチャップ	10	三温糖	3.5	水	30
				ウスターソース	1.5	濃口醤油	3.5		
				三温糖	0.5	酒	1	マカロニ	7
カットベーコン	5			塩	0.1	ごま油	0.5	キャベツ	25
もやし	20	キャベツ	25	こしょう	0.01			むきえだまめ	5
にんじん	8	千切りごぼう	7	水	40			スライスちくわ	5
豆腐	20	にんじん	5			かぼちゃ	30	にんじん	5
もずく	10	きゅうり	15	干しひじき	1	たまねぎ	30	酢	3
たまご	20	ノンエッグマヨ	7	三温糖	0.5	ブロッコリー冷凍	10	薄口醤油	1.7
ねぎ	3	すりごま	1	濃口醤油	1	コンソメ	1.5	三温糖	1
中華スープ	1	酢	1	キャベツ	25	塩	0.4	白ごま	1
薄口醤油	2	塩	0.1	にんじん	5	こしょう	0.03	塩昆布	1
酢	1.5	こしょう	0.01	ダイスチーズ	5	水	110	糸かつお節	1
塩	0.1			ブロッコリー冷凍	15	米粉	3		
こしょう	0.01	冷凍そら豆	20	酢	2	豆乳	20		
ラー油	0.1	塩	0.1	三温糖	0.5				
水	100	こしょう	0.01	薄口醤油	1.5				
		でん粉	2	塩	0.1				
		揚げ油	3	こしょう	0.01				
				白ごま	1				
				オレンジ	30				