様式Ｉ　　調理場名　作木学校給食共同 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	
(麦ごはん) もずく丼 もやしのナムル 牛乳		ごはん とり肉の風味焼き 梅肉和え にら玉スープ 牛乳		もち麦ごはん 大豆の磯煮 150 りっちゃんサラ 60 牛乳		もち麦ごはん わにフライ アスパラのレモン和え 新たまねぎのみそ汁 牛乳		海鮮やきそば 花野菜のサラダ ブルーベリータルト 牛乳	
食品名	小分量	食品名	小分量	食品名	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
米	70	米	65	米	65	米	70	冷凍中華麺	75
もち麦	5	もち麦	5	もち麦	5	もち麦	5	豚もも肉	15
								いか	15
豚ミンチ	18	鶏もも肉	60	だいず	20	わにフライ	50	天かす	1
しょうが	0.3	砂糖	0.86	切干大根	5	揚げ油	4	キャベツ	45
たまねぎ	33	にんにく	0.2	厚揚げ	30			にんじん	5
パプリカ赤	8	トウバンジャン	0.15	焼きちくわ	15	アスパラガス	6	ピーマン	5
ピーマン	5	ごま油	0.2	しらたき	15	にんじん	5	たまねぎ	25
ホールコーン冷凍	9	白ごま	1.2	ほしひじき	2.5	キャベツ	32	もやし	15
もずく	28	濃口醤油	2.5	にんじん	10	塩	0.3	かつお節	1
砂糖	1.4			ごぼう	5	レモン果汁	1.2	お好みソース	8
みりん	2.8	キャベツ	20	いんげんまめ	7			ウスターソース	2
酒	0.55	にんじん	3	砂糖	2.2	たまねぎ	30	塩	0.13
濃口醤油	4	もやし	10	濃口醤油	2.2	にんじん	7	こしょう	0.02
でん粉	0.4	ブロッコリー冷凍	8	みりん	1.1	えのきたけ	7	サラダ油	3
中華だし	0.8	梅びしお	1.5	サラダ油	0.5	厚揚げ	30	あおのり粉	0.15
水	30	砂糖	0.8	水	20	こまつな冷凍	12		
						カットわかめ	0.7	ツナ	7
蒸しささみ	9	豆腐	25	チキンハム	7	だしいりこ	2	きゅうり	15
もやし	37	たまねぎ	15	キャベツ	30	みそ	7.5	ブロッコリー冷凍	15
キャベツ	25	にんじん	5	こまつな冷凍	12	酒粕パウダー	1	カリフラワー冷凍	15
こまつな冷凍	8	えのきたけ	6	ホールコーン冷凍	7	水	120	ホールコーン冷凍	14
にんじん	5	じゃがいも	15	にんじん	5			砂糖	1
米酢	3.7	にら	3	かつお節	1			米酢	3
砂糖	1.1	卵	13	塩昆布	0.7			薄口醤油	1
薄口醤油	2	薄口醤油	1.2	サラダ油	0.8			オリーブオイル	1
ごま油	1	酒	1	酢	3			塩	0.1
トウバンジャン	0.1	中華だし	1.1	砂糖	1			こしょう	0.02
白ごま	1.5	塩	0.1						
		こしょう	0.02					ブルーベリータルト	45
		ごま油	0.5						