

[調理室手配表]

2022年10月17日 月曜日

人数	清稜小	下山小	セター	合計	行事等	※下山小 養護教諭教育実習開始 職員室1名増(～11/11)
	64	114	8			
献立名/食品名	内容量 g	一人分量 単位	使用量 単位	業者	切り方	調理方法等
<b>【きのこクリームスパゲティ】</b>						
ハーフスパゲティ		61.50 g	11.50 Kg			《スパゲティ》
サラダ油		6.00 g	1.20 Kg			*スパゲティは、ゆでて油をからめ
鶏ももこま切れ(皮なし)		10.70 g	2.00 Kg			配缶する。(※配缶表参照)
ベーコン短冊(1cm幅)		5.35 g	1.00 Kg			
おろしにんにく		0.21 g	40.00 g			《きのこクリームソース》※別配缶
有塩バター		0.59 g	110.00 g			バター→にんにく・鶏肉→ベーコン
白ワイン		2.14 g	400.00 g			・白ワイン→たまねぎ(よく炒める)
たまねぎ		40.21 g	8.00 Kg		スライス	→にんじん→きのこ→水・調味料
にんじん		5.19 g	1.00 Kg		せん切り	・牛乳(10～15分煮込む)→味
カットしめじ		10.70 g	2.00 Kg		ほぐす	・かたさの調節→粉チーズ・生クリ
えのきたけ		6.36 g	1.40 Kg		3cm	ーム→パセリ
エリンギ(短冊)		4.92 g	1.00 Kg			
ハーフコンソメ		0.80 g	150.00 g			
ハーフスープストック		1.60 g	300.00 g			
食塩		0.32 g	60.00 g			
こしょう		0.02 g	4.00 g			
水		53.48 g	10.00 Kg			
ベシャメルソース		12.83 g	2.50 Kg		溶く	
牛乳		37.43 g	7.00 Kg			
粉チーズ		2.14 g	500.00 g			
生クリーム		3.21 g	600.00 g			
パセリ		0.48 g	100.00 g		みじん切り	
<b>【牛乳】</b>						
牛乳	206	1.00 本	186.00 本			
<b>【カラフルサラダ】</b>						
ロースハム せん切り		5.35 g	1.00 Kg		蒸す	*ハムは、蒸して冷却する。
もやし		20.75 g	4.00 Kg			*野菜は、ゆでて冷却する。
赤パプリカ		4.81 g	1.00 Kg		せん切り	
冷凍ホールコーン		5.35 g	1.00 Kg			
冷凍ミニブロッコリー		16.04 g	3.00 Kg			
野菜いっぱいドレッシング 香味たまねぎ		5.35 g	1.00 Kg			
食塩		0.05 g	10.00 g			
こしょう		0.02 g	4.00 g			
<b>【果物(柿)】</b>						
平種なし柿		1/6 個	32.00 個		6等分	葉をとってから洗う。 1/6カットにする。皮をむく。

[調理室手配表]

2022年10月18日 火曜日

人数	清稜小	下山小	セター				合計	行事等	
	63	117	8				188		
献立名/食品名				内容量 g	一人分量 単位	使用量 単位	業者	切り方	調理方法等
<b>【麦ごはん】</b>									
米					60.32 g	11.40 Kg			
麦					5.29 g	1.00 Kg			
強化米					0.16 g	30.00 g			
<b>【牛乳】</b>									
牛乳				206	1.00 本	188.00 本			
<b>【鶏肉とじゃがいもの甘辛揚げ】</b>									
鶏もも1.5cm角切(皮付き)					42.33 g	8.00 Kg		下味	①鶏肉は、下味を付け、片栗粉をまぶして揚げる。
おろしにんにく					0.21 g	40.00 g			②じゃがいもは、素揚げにする。
清酒					2.12 g	400.00 g			③調味料・水を煮立たせタレを作る。
こいくちしょうゆ					1.06 g	200.00 g			※それぞれ中心温度を確認しておく
かたくり粉					6.35 g	1.20 Kg			④タレに①と②を加えて混ぜ合わせ、
揚げ油					3.00 g				ゆでたグリーンピースを加えて
じゃがいも					33.33 g	7.00 Kg		さいの目	仕上げる。
揚げ油					2.00 g				
本みりん					2.50 g	470.00 g			
三温糖					1.50 g	280.00 g			
こいくちしょうゆ					3.50 g	660.00 g			
トウバンジャン					0.05 g	10.00 g			
水					2.00 g	400.00 g			
冷凍グリーンピース					5.29 g	1.00 Kg		ゆでる	
<b>【野菜の糸かまぼこ和え】</b>									
糸かまぼこ					5.29 g	1.00 Kg		袋ボイル	*糸かまぼこは、袋ごとボイルし、
にんじん					5.13 g	1.00 Kg		せん切り	ほくしてから冷却する。
キャベツ					13.49 g	3.00 Kg		短冊切り	*野菜は、ゆでて冷却する。
もやし					15.40 g	3.00 Kg			
こまつな					11.24 g	2.50 Kg		2cm	
三温糖					0.53 g	100.00 g		煮立たせる	
うすくちしょうゆ					1.85 g	350.00 g			
<b>【麩のみそ汁】</b>									
カットしめじ					5.29 g	1.00 Kg		ほぐす	だし汁→しめじ→麩→調味料→ねぎ→
小町麩					2.65 g	500.00 g		もどす	わかめ
カットわかめ					0.79 g	150.00 g		もどす	
ねぎ					4.76 g	1.50 Kg		小口切り	
煮干し					3.00 g	570.00 g			
水					164.02 g	31.00 Kg			
赤みそ					4.02 g	760.00 g		溶く	
白みそ					4.02 g	760.00 g		溶く	
NITZ-ファーム 和風だしの素					0.32 g	60.00 g			

[調理室手配表]

2022年10月19日 水曜日

人数	清稜小	下山小	セター	合計		行事等	
	66	116	8	190		*食育の日給食	
献立名/食品名	内容量 g	一人分量 単位	使用量 単位	業者	切り方	調理方法等	
<b>【さつまいもごはん】</b>							
米		54.45 g	10.40 Kg			①米、麦、強化米、さつまいも、酒、塩と一緒に炊き込む。	
麦		5.24 g	1.00 Kg			②炊き上がったごはん、黒いりごまを混ぜる。	
強化米		0.16 g	30.00 g				
さつまいも		28.27 g	6.00 Kg		さいの目		
清酒		1.57 g	300.00 g				
食塩		0.63 g	120.00 g				
黒いりごま		0.84 g	160.00 g		煎る		
<b>【牛乳】</b>							
牛乳	206	1.00 本	190.00 本				
<b>【きびなごのかりかりフライ】</b>							
きびなごのかりかりフライ	10	3.00 個	550.00 個			1年：2個	
揚げ油		3.00 g				2～6年、職員：3個	
<b>【莖わかめのサラダ】</b>							
ツナフレーク油漬		5.24 g	1.00 Kg		ほぐす		
キャベツ		20.03 g	4.50 Kg		短冊切り	*野菜と莖わかめは、ゆでて冷却。	
にんじん		5.08 g	1.00 Kg		せん切り		
冷凍ホールコーン		5.24 g	1.00 Kg				
冷凍莖わかめ		10.47 g	2.00 Kg				
ドレッシング 青じそクリーミー		5.24 g	1.00 Kg				
食塩		0.05 g	10.00 g				
こしょう		0.02 g	4.00 g				
<b>【かまぼこのすまし汁】</b>							
だいこん		14.14 g	3.00 Kg		いちよう	だし汁→大根→えのき→かまぼこ→	
えのきたけ		6.68 g	1.50 Kg		3cm	調味料→ほうれん草	
もみぢらしかまぼこ		10.47 g	2.00 Kg		ほぐす		
冷凍ほうれんそう(カット)		10.47 g	2.00 Kg		解凍 洗浄		
かつお厚削り		2.98 g	570.00 g				
水		162.30 g	31.00 Kg				
本みりん		0.79 g	150.00 g				
うすくちしょうゆ		3.00 g	570.00 g				
食塩		0.21 g	40.00 g				
マルファーム 和風だしの素		0.31 g	60.00 g				
<b>【あけぼの大豆の枝豆】</b>							
あけぼの大豆の枝豆		17.30 g	6.00 Kg			①枝豆に塩50gをふり、すり合わせる。	
食塩		0.50 g	100.00 g			②沸騰したお湯50Lに塩50gを加えて枝豆をゆでる。	
						※1人あたり：4～5個	

[調理室手配表]

2022年10月20日 木曜日

人数	清稜小	下山小	セター	合計	行事等	
	65	96	8		169	下山小2年 校外学習
献立名/食品名	内容量 g	一人分量 単位	使用量 単位	業者	切り方	調理方法等
<b>【はちみつパン】</b>						1.2年：30g
はちみつパン		1.00 個	169.00 個			3.4年：40g
						5.6年、職員：50g
<b>【牛乳】</b>						
牛乳	206	1.00 本	169.00 本			
<b>【鮭のピザソース焼き】</b>						
鮭切り身(骨・皮なし)	50	1.00 切	170.00 切		下味	①鮭に下味をつける。
おろしにんにく		0.29 g	50.00 g			②たまねぎと調味料を煮てピザソース
清酒		2.00 g	340.00 g			を作る。
食塩		0.12 g	20.00 g			③カップに鮭を入れ、ピザソースを
こしょう		0.02 g	4.00 g			かけ、チーズをのせて焼く。
たまねぎ		30.41 g	5.50 Kg		スライス	
ピザソース		14.71 g	2.50 Kg			
トマトケチャップ		5.88 g	1.00 Kg			
マルファームスープストック		0.10 g	20.00 g			
三温糖		0.20 g	30.00 g			
シュレットチーズ		17.65 g	3.00 Kg			
舟形カップ		1.00 枚	170.00 枚			
<b>【小松菜のソテー】</b>						
ベーコン短冊(1cm幅)		5.88 g	1.00 Kg			*もやしと小松菜は、下ゆです。
サラダ油		0.59 g	100.00 g			
カットしめじ		11.76 g	2.00 Kg		ほぐす	油→ベーコン(よく炒める)→しめじ
冷凍ホールコーン		11.76 g	2.00 Kg			→コーン→もやし→小松菜→調味料
もやし		17.12 g	3.00 Kg		下ゆで	
こまつな		15.00 g	3.00 Kg		2cm 下ゆで	
マルファームスープストック		0.20 g	40.00 g			
こいくちしょうゆ		0.29 g	50.00 g			
食塩		0.15 g	25.00 g			
こしょう		0.02 g	4.00 g			
<b>【ポトフ】</b>						
たまねぎ		11.06 g	2.00 Kg		角切り	水(沸かす)→たまねぎ→にんじん
にんじん		8.56 g	1.50 Kg		いちょう	→フランクフルト→じゃがいも→
フランクフルト(輪切り)		14.71 g	2.50 Kg			キャベツ→調味料
キャベツ		20.00 g	4.00 Kg		短冊切り	
じゃがいも		21.18 g	4.00 Kg		厚いちょう	
水		123.53 g	21.00 Kg			
白ワイン		1.18 g	200.00 g			
がらスープ(チキン)		5.88 g	1.00 Kg			
マルファームコンソメ		0.82 g	140.00 g			
マルファームスープストック		0.59 g	100.00 g			
食塩		0.24 g	40.00 g			
こしょう		0.02 g	4.00 g			
<b>【国産くりのムース】</b>						
国産くりのムース	30	1.00 個	169.00 個			*クラスごと数える

[調理室手配表]

2022年10月21日 金曜日

人数	清稜小	下山小	セツ-	合計	行事等				
	53	98	8		159	青稜小5年林間学校・下山小1年校外学習			
献立名/食品名				内容量 g	一人分量 単位	使用量 単位	業者	切り方	調理方法等
<b>【麦ごはん】</b>									
米					60.00 g	9.60 Kg			
麦					6.25 g	1.00 Kg			
強化米					0.19 g	30.00 g			
<b>【牛乳】</b>									
牛乳				206	1.00 本	159.00 本			
<b>【甲州牛のすき焼き風煮】</b>									
甲州牛					62.50 g	10.00 Kg			*しらたきは、下ゆでする。
清酒					2.00 g	320.00 g			
サラダ油					0.81 g	130.00 g			油→甲州牛・酒→調味料→焼き豆腐→
しらたき					12.50 g	2.00 Kg		4cm	しらたき→ねぎ
焼き豆腐					18.75 g	3.00 Kg		さいの目	
ねぎ					11.25 g	3.00 Kg		斜め切り	
三温糖					3.13 g	500.00 g			
本みりん					1.00 g	160.00 g			
こいくちしょうゆ					4.38 g	700.00 g			
<b>【野菜の磯香和え】</b>									
ほうれんそう					14.06 g	2.50 Kg		2cm	*野菜は、ゆでて冷却する。
キャベツ					18.59 g	3.50 Kg		短冊切り	*調味料は、煮立たせ保冷する。
もやし					12.13 g	2.00 Kg			*野菜と調味料を和えてから、のり
にんじん					6.06 g	1.00 Kg		せん切り	をサッと混ぜる。
うすくちしょうゆ					1.81 g	290.00 g		煮立たせる	
本みりん					1.00 g	160.00 g			
きざみのり					0.63 g	100.00 g			
<b>【里いものみそ汁】</b>									
だいこん					11.25 g	2.00 Kg		いちょう	だし汁→大根→にんじん→油揚げ→
にんじん					6.06 g	1.00 Kg		いちょう	里芋→調味料→あさつき
冷凍里いも(乱切り)					18.75 g	3.00 Kg		1/2	
油揚げ(きざみ)					6.25 g	1.00 Kg		油抜き	
あさつき					3.13 g	500.00 g		小口切り	
煮干し					3.00 g	480.00 g			
水					162.50 g	26.00 Kg			
赤みそ					4.00 g	640.00 g		溶く	
白みそ					4.00 g	640.00 g		溶く	
Nittu-ファーム 和風だしの素					0.31 g	50.00 g			

## [ 調理室手配表 ]

2022年11月 7日 月曜日

人数	小1	小2	小3	小4	小5	小6	センタ	小職					合計	行事等
	14	24	19	25	28	19	10	8					147	
人数	1A	1B	2A	2B	3A	3B	身中職						合計	行事等
	32	31	26	26	30	31	12						188	
献立名／食品名		小学校		使用量 単位		中学校		使用量 単位		業者	切り方	調理方法等		
<b>【牛乳】</b>														
牛乳		1.00 本		147.00 本		1.00 本		188.00 本						
<b>【麦ご飯】</b>														
精白米		64.70 g		9.00 Kg		79.79 g		15.00 Kg						
米粒麦		7.19 g		1.00 Kg		5.32 g		1.00 Kg						
強化米		0.17 g		0.40 袋		0.19 g		0.60 袋						
<b>【すき焼き風煮】</b>														
油		0.86 g		120.00 g		1.06 g		200.00 g						
豚ももスライス (横2cm×縦3cm短冊)		71.89 g		10.00 Kg		74.47 g		14.00 Kg						
酒		1.44 g		200.00 g		1.86 g		350.00 g						
ねぎ		9.35 g		1.30 Kg		10.64 g		2.00 Kg			斜め小口	ネギの緑のところ 汁へ入れる		
しらたき		7.19 g		1.00 Kg		10.64 g		2.00 Kg						
焼き豆腐		21.57 g		3.00 Kg		26.60 g		5.00 Kg						
三温糖		3.59 g		500.00 g		4.26 g		800.00 g						
こいくちしょうゆ		5.06 g		0.70 Kg		5.32 g		1.00 Kg						
本みりん		1.44 g		200.00 g		1.60 g		300.00 g						
<b>【野菜のゆかり和え】</b>														
白菜		14.38 g		2.00 Kg		21.28 g		4.00 Kg			短冊切り	→茹ですぎ注意		
人参		9.35 g		1.30 Kg		10.64 g		2.00 Kg			短冊切り			
大根		14.38 g		2.00 Kg		10.64 g		2.00 Kg			短冊切り			
キャベツ		25.16 g		3.50 Kg		26.60 g		5.00 Kg			短冊切り			
ゆかりごはんの素		0.43 g		60.00 g		0.48 g		90.00 g						
塩		0.11 g		15.00 g		0.11 g		20.00 g						
<b>【なめこのみそ汁】</b>														
水		143.78 g		20.00 Kg		159.57 g		30.00 Kg						
煮干し		2.89 g		0.40 Kg		3.19 g		0.60 Kg						
なめこ水煮		17.25 g		2.40 Kg		19.15 g		3.60 Kg						
冷ほうれんそう		14.38 g		2.00 Kg		15.96 g		3.00 Kg						
カットわかめ		0.36 g		50.00 g		0.43 g		80.00 g			戻しておく			
マルコメ 白みそ		7.19 g		1.00 Kg		7.98 g		1.50 Kg						
<b>【果物(菊花みかん)】</b>														
みかん		0.50 個		74.00 個		0.50 個		94.00 個			2等分	菊花		

## [ 調理室手配表 ]

2022年11月 8日 火曜日

人数	小1	小2	小3	小4	小5	小6	センタ	小職						合計	行事等
	14	24	19	25	28	19	10	9						148	Book deLunch⑥
人数	1A	1B	2A	2B	3A	3B	身中職							合計	行事等
	32	31	26	26	30	31	12							188	ぐりとぐら
献立名／食品名		小学校		使用量 単位		中学校		使用量 単位		業者	切り方	調理方法等			
<b>【牛乳】</b>															
牛乳		1.00 本		148.00 本		1.00 本		188.00 本							
<b>【ケチャップライス】</b>															
精白米		57.02 g		8.00 Kg		69.15 g		13.00 Kg							
米粒麦		7.16 g		1.00 Kg		5.32 g		1.00 Kg							
強化米		0.17 g		0.40 袋		0.19 g		0.60 袋							
油		1.07 g		150.00 g		1.06 g		200.00 g				具を炒め温度測定 計量一配缶			
おろししょうが		0.14 g		20.00 g		0.16 g		30.00 g							
おろしにんにく		0.21 g		30.00 g		0.27 g		50.00 g							
ベーコン（短冊）		17.82 g		2.50 Kg		18.62 g		3.50 Kg							
たまねぎ		35.64 g		5.00 Kg		37.23 g		7.00 Kg			みじん切り				
マッシュルームスライス		8.55 g		1.20 Kg		9.57 g		1.80 Kg							
塩		0.14 g		20.00 g		0.16 g		30.00 g							
こしょう		0.02 g		3.00 g		0.02 g		4.00 g							
ガラスープの達人		0.57 g		80.00 g		0.64 g		120.00 g							
ケチャップ		14.26 g		2.00 Kg		15.96 g		3.00 Kg							
冷グリーンピース		5.73 g		0.80 Kg		6.38 g		1.20 Kg							
<b>【フラワーサラダ】</b>															
冷ブロッコリー		17.82 g		2.50 Kg		21.28 g		4.00 Kg							
冷カリフラワー		17.82 g		2.50 Kg		21.28 g		4.00 Kg							
人参		10.69 g		1.50 Kg		10.64 g		2.00 Kg			いちょう				
大根		10.69 g		1.50 Kg		10.64 g		2.00 Kg			いちょう				
理研 野菜いっぱいドレッシング イタ		5.73 g		0.80 Kg		6.38 g		1.20 Kg							
<b>【コンソメスープ】</b>															
水		142.55 g		20.00 Kg		159.57 g		30.00 Kg				弱火で煮る 温度をとって絹さや			
人参		9.27 g		1.30 Kg		10.64 g		2.00 Kg			せん切り				
えのきたけ		4.30 g		0.60 Kg		5.32 g		1.00 Kg			3等分				
キャベツ		17.82 g		2.50 Kg		21.28 g		4.00 Kg			短冊切り				
冷コーン		5.73 g		0.80 Kg		6.38 g		1.20 Kg							
理研コンソメ		0.93 g		130.00 g		1.06 g		200.00 g							
理研スープストック		0.93 g		130.00 g		1.06 g		200.00 g							
塩		0.18 g		25.00 g		0.21 g		40.00 g							
こしょう		0.02 g		3.00 g		0.02 g		4.00 g							
<b>【カステラ】</b>															
薄力粉		12.83 g		1.80 Kg		14.89 g		2.80 Kg							
グラニュー糖		12.83 g		1.80 Kg		14.89 g		2.80 Kg							
液卵		14.26 g		2.00 Kg		15.96 g		3.00 Kg							
無塩バター		7.16 g		1.00 Kg		8.51 g		1.60 Kg							
ベーキングパウダー		0.53 g		75.00 g		0.64 g		120.00 g							
レモン果汁		0.36 g		50.00 g		0.43 g		80.00 g							
マドレーヌカップ		1.00 枚		148.00 枚		1.00 枚		188.00 枚							

## [ 調理室手配表 ]

2022年11月 9日 水曜日

人数	小1	小2	小3	小4	小5	小6	センタ	小職					合計	行事等
	14	24	0	0	28	19	10	7					102	3, 4年スケート教室
人数	1A	1B	2A	2B	3A	3B	身中職						合計	行事等
	32	31	26	26	30	31	12						188	
献立名／食品名		小学校		使用量 単位		中学校		使用量 単位		業者	切り方	調理方法等		
<b>【牛乳】</b>														
牛乳		1.00 本		102.00 本		1.00 本		188.00 本						
<b>【麦ご飯】</b>														
精白米		60.24 g		6.00 Kg		79.79 g		15.00 Kg						
米粒麦		10.04 g		1.00 Kg		5.32 g		1.00 Kg						
強化米		0.24 g		0.40 袋		0.19 g		0.60 袋						
<b>【鯖の味噌煮★】</b>														
まさば(切り身)		50.00 g		102.00 枚		60.00 g		188.00 枚				ティルに皮を上にして 並べて煮る		
マルコメ 白みそ		4.27 g		0.43 Kg		5.32 g		1.00 Kg						
おろししょうが		0.40 g		40.00 g		0.53 g		100.00 g						
三温糖		4.52 g		450.00 g		4.79 g		900.00 g						
酒		4.02 g		400.00 g		4.26 g		800.00 g						
本みりん		4.02 g		400.00 g		4.26 g		800.00 g						
水		22.09 g		2.20 Kg		26.60 g		5.00 Kg						
<b>【春雨炒め】</b>														
普通はるさめ(乾)		3.00 g		0.30 Kg		3.72 g		0.70 Kg				戻しておく		
ごま油		0.90 g		90.00 g		1.06 g		200.00 g						
豚ももこまぎれ(汁)		15.06 g		1.50 Kg		21.28 g		4.00 Kg						
酒		0.80 g		80.00 g		1.06 g		200.00 g						
キャベツ		30.12 g		3.00 Kg		31.91 g		6.00 Kg				短冊切り		
人参		10.04 g		1.00 Kg		10.64 g		2.00 Kg				短冊切り		
冷小松菜		10.04 g		1.00 Kg		10.64 g		2.00 Kg						
中華スープストック		0.40 g		40.00 g		0.48 g		90.00 g						
こしょう		0.02 g		2.00 g		0.02 g		4.00 g						
三温糖		0.90 g		90.00 g		1.06 g		200.00 g						
こいくちしょうゆ		1.71 g		170.00 g		2.02 g		380.00 g						
<b>【寄せ鍋スープ】</b>														
水		130.52 g		13.00 Kg		159.57 g		30.00 Kg						
厚削り		4.02 g		0.40 Kg		3.19 g		0.60 Kg						
鶏むねこまぎれ(煮物)		13.05 g		1.30 Kg		15.96 g		3.00 Kg						
酒		1.00 g		100.00 g		1.06 g		200.00 g						
白菜		20.08 g		2.00 Kg		21.28 g		4.00 Kg				短冊切り		
えのきたけ		5.02 g		0.50 Kg		5.32 g		1.00 Kg				3cm幅		
鉄カル食物繊維強化豆腐		10.04 g		1.00 Kg		15.96 g		3.00 Kg						
ねぎ		10.04 g		1.00 Kg		10.64 g		2.00 Kg				斜め小口		
理研スープストック		0.70 g		70.00 g		0.80 g		150.00 g						
うすくちしょうゆ		1.31 g		130.00 g		1.60 g		300.00 g						
酒		0.50 g		50.00 g		0.53 g		100.00 g						
塩		0.40 g		40.00 g		0.48 g		90.00 g						



## [ 調理室手配表 ]

2022年11月10日 木曜日

人数	小1	小2	小3	小4	小5	小6	センタ	小職						合計	行事等
	14	24	19	25	28	19	10	9						148	
人数	1A	1B	2A	2B	3A	3B	身中職							合計	行事等
	32	31	26	26	30	31	13							189	
献立名／食品名		小学校		使用量 単位		中学校		使用量 単位		業者	切り方	調理方法等			
<b>【きなこ揚げパン】</b>															
コッペパン		1～3年		g		40.00 g									
コッペパン		4～職セ		g		50.00 g		中学校		60.00 g					
揚げ油		10.69		g		1.50 Kg		10.58 g		2.00 Kg					
上白糖		10.69		g		1.50 Kg		10.58 g		2.00 Kg					
きな粉		10.69		g		1.50 Kg		10.58 g		2.00 Kg					
塩		0.11		g		15.00 g		0.11 g		20.00 g					
<b>【ツナサラダ】</b>															
ノンドリップツナフレーク		5.73		g		0.80 Kg		6.35 g		1.20 Kg					
冷ブロッコリー		21.38		g		3.00 Kg		21.16 g		4.00 Kg					
人参		10.69		g		1.50 Kg		10.58 g		2.00 Kg		いちよう			
冷小松菜		21.38		g		3.00 Kg		21.16 g		4.00 Kg					
酢		1.28		g		180.00 g		1.48 g		280.00 g					
上白糖		1.43		g		200.00 g		1.59 g		300.00 g					
うすくちしょうゆ		2.14		g		300.00 g		2.38 g		450.00 g					
ごま油		0.43		g		60.00 g		0.48 g		90.00 g					
<b>【クリームパスタスープ】</b>															
油		1.07		g		150.00 g		1.06 g		200.00 g					
ウィンナー（斜めスライス）		14.26		g		2.00 Kg		15.87 g		3.00 Kg					
じゃがいも		49.89		g		7.00 Kg		47.62 g		9.00 Kg		厚いちよう			
人参		7.16		g		1.00 Kg		7.94 g		1.50 Kg		いちよう			
たまねぎ		14.26		g		2.00 Kg		15.87 g		3.00 Kg		色紙切り			
水		71.28		g		10.00 Kg		74.07 g		14.00 Kg					
マカロニ		5.73		g		0.80 Kg		6.35 g		1.20 Kg					
ベシャメルソース		5.73		g		0.80 Kg		6.35 g		1.20 Kg					
ハウス シチューミックス		10.69		g		1.50 Kg		10.58 g		2.00 Kg					
牛乳		28.51		g		4.00 Kg		31.75 g		6.00 Kg					
塩		0.29		g		40.00 g		0.32 g		60.00 g					
理研コンソメ		0.36		g		50.00 g		0.37 g		70.00 g					
<b>【クラッシュゼリー】</b>															
パインビット缶		36.35		g		3.00 缶		35.98 g		4.00 缶		食缶にゼリーを作る 出庫前に、異物混入を確認			
みかん缶		24.23		g		2.00 缶		26.98 g		3.00 缶					
水		57.02		g		8.00 Kg		52.91 g		10.00 Kg					
クールゼリーの素（伊那）		10.26		g		2.40 袋		11.43 g		3.60 袋					
レモン果汁		1.07		g		150.00 g		1.22 g		230.00 g					

# [ 調理室手配表 ]

2022年11月11日 金曜日

人数	小1	小2	小3	小4	小5	小6	センタ	小職						合計	行事等
	14	24	19	25	28	19	10	10						149	
人数	1A	1B	2A	2B	3A	3B	身中職							合計	行事等
	32	31	26	26	30	31	12							188	
献立名／食品名		小学校		使用量 単位		中学校		使用量 単位		業者	切り方	調理方法等			
<b>【牛乳】</b>															
牛乳		1.00 本		149.00 本		1.00 本		188.00 本							
<b>【麦ご飯】</b>															
精白米		63.60 g		9.00 Kg		79.79 g		15.00 Kg							
米粒麦		7.10 g		1.00 Kg		5.32 g		1.00 Kg							
強化米		0.17 g		0.40 袋		0.19 g		0.60 袋							
<b>【さわらの味噌マヨ焼き】</b>															
さわら(切り身)		50.00 g		149.00 枚		60.00 g		188.00 枚			下味				
こいくちしょうゆ		1.77 g		250.00 g		2.13 g		400.00 g							
酒		2.12 g		300.00 g		2.66 g		500.00 g							
本みりん		2.12 g		300.00 g		2.66 g		500.00 g							
マヨネーズ		5.68 g		0.80 Kg		6.38 g		1.20 Kg			タレ				
マルコメ 白みそ		1.41 g		200.00 g		1.60 g		300.00 g							
本みりん		1.41 g		200.00 g		1.60 g		300.00 g							
舟形カップ		1.00 枚		149.00 枚		1.00 枚		188.00 枚							
<b>【ごもくきんぴら】</b>															
油		0.92 g		130.00 g		1.06 g		200.00 g							
豚ももスライス (横5mm×縦4cm千切り)		14.13 g		2.00 Kg		15.96 g		3.00 Kg							
せん切りごぼう		21.20 g		3.00 Kg		26.60 g		5.00 Kg							
人参		9.19 g		1.30 Kg		10.64 g		2.00 Kg			せん切り				
すこやかプレーンさつまあげ		4.26 g		0.60 Kg		5.32 g		1.00 Kg			短冊切り				
つきこんにゃく		4.26 g		0.60 Kg		5.32 g		1.00 Kg							
三温糖		3.18 g		450.00 g		3.72 g		700.00 g							
こいくちしょうゆ		3.53 g		500.00 g		4.26 g		800.00 g							
本みりん		2.12 g		300.00 g		2.66 g		500.00 g							
水		8.48 g		1.20 Kg		10.64 g		2.00 Kg							
国産冷凍カットいんげん3cm		5.68 g		0.80 Kg		6.38 g		1.20 Kg				→ポイル 最後に			
<b>【かきたま汁】</b>															
水		141.34 g		20.00 Kg		159.57 g		30.00 Kg							
厚削り		2.84 g		0.40 Kg		3.19 g		0.60 Kg							
冷ほうれんそう		14.13 g		2.00 Kg		15.96 g		3.00 Kg							
たまねぎ		14.13 g		2.00 Kg		15.96 g		3.00 Kg			スライス				
鉄カル食物繊維強化豆腐		14.13 g		2.00 Kg		15.96 g		3.00 Kg							
うすくちしょうゆ		2.69 g		380.00 g		3.19 g		600.00 g							
塩		0.49 g		70.00 g		0.53 g		100.00 g							
でんぷん		0.92 g		130.00 g		1.06 g		200.00 g							
水		0.92 g		130.00 g		1.06 g		200.00 g				水溶かたくり→液卵			
液卵		14.13 g		2.00 Kg		21.28 g		4.00 Kg							