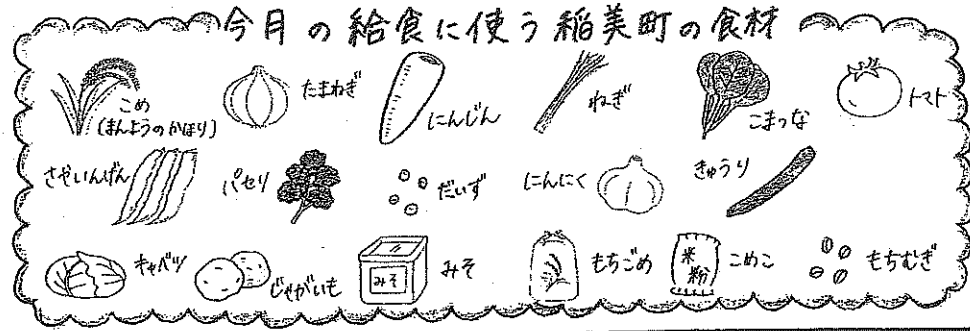


5月のきゅうしよくこんだてひょう 2024年



◎ おはしは毎日持ってきましょう。
◎ 材料の都合により献立を変更することがあります。

稲美町学校給食運営委員会



水よう

① わふうパン
ミニストローネ

木よう

② やこめ
みそしる

5月の給食費

稲美北中
20回 5800円

ていねいに配ぜんしよう

火よう

⑦ ごはん(きんめまい)
あおなのみそ汁

⑧ ミニパン ひじきスパゲティ

⑨ ごはん(きんめまい) ぶたにくのみそ汁

金よう

⑩ えんどうごはん
とうふじる

月よう

⑬ ごはん
やさいのごまに

⑭ キムチチャーハン フォースープ

⑮ ミニパン 伊豆スパゲティ

⑯ ごはん おかひじき

⑰ ごはん たまねぎのみそ汁

新じゃがいもは小さくてみずみずしいです。皮が薄いので皮ごと食べることもできます。

今学期は加古川パスタを使ってスパゲティを作っています。

おかひじきは山形県の特産品です。葉の形がひじきに似ていることが名付けの由来です。

春が旬のうすいえんどうを使ったごはんです。グリーンピースよりも皮が薄く食べやすいです。

おかひじきは山形県の特産品です。葉の形がひじきに似ていることが名付けの由来です。

⑲ ごはん いんげん豆のスープ

⑳ カレーライス ハムサラダ

㉑ パン チーズスープ

旬の味 うすいえんどう

㉒ たいめし ばちじる

キノコサイは小松菜よりも茎の部分が大きいのが特徴です。

カレーのすね肉は牛のふくらばぎのお肉です。じっくり煮込んであるのでやわらかいです。

稲美町の温暖な気候と平坦な土地のため、おいしいキャバツが育ちます。

えんどう豆の中でも、未熟な豆だけを食べるものをうすいえんどう(東えんどう)といいます。絹さややスタックエンドウも同じ仲間です。

魚めしは3枚に割った魚骨を焼き、昆布と一緒に炊きこんでいます。

㉓ ごはん はるさめスープ

㉔ ごはん えのきたまご汁

㉕ パン ポークビーンズ

㉖ ごはん じゃがいものみそ汁

㉗ じゃがいものりちゃんサラダ

春雨は作る時の様子が、春に降る雨に似ていることから春雨という名前がつけられました。

エコふりかけは、いつもなら捨てているだしをとった後の昆布を使って作っています。

コールスローとは、キャバツを舟切リやみじん切りにして作るサラダのことです。

竜田あげは、みりんやしょうゆで下味をつけて片栗粉をまぶして揚げた料理です。

じゃがいものりちゃんサラダは、絵本の「サラダでげんま」に出てくるサラダをお手本にしました。

予定献立表 (令和6年5月1日~5月31日)

月日	5月1日(水)	5月2日(木)	5月7日(火)	5月8日(水)	5月9日(木)	5月10日(金)	5月13日(月)																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																												
献立名	パン 牛乳 和風ハンバーグ ミネストローネ	やごめ 牛乳 菜わかめの煮物 みそ汁 かしわもち	ごはん(金芽米) 牛乳 豚肉のしょうが炒め 青菜のみそ汁	ミニパン 牛乳 ひじきスパゲティ ツナみそドレッシングサラダ	ごはん(金芽米) 牛乳 豚肉のみそ煮 アスパラとささみのごまあえ	えんどうごはん 牛乳 かき揚げ(たまねぎ) 豆腐汁	ごはん 牛乳 野菜のごま煮 切干大根の酢の物																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																												
材料名および使用量 (g)	<table border="1"> <tr><th>食材名</th><th>数量</th></tr> <tr><td>パン(80g)</td><td>0</td></tr> <tr><td>パン(50g)</td><td>0</td></tr> <tr><td>パン(70g)</td><td>1</td></tr> <tr><td>牛乳(普通牛乳)</td><td>1</td></tr> <tr><td>国産鶏のハンバーグ80g</td><td>0</td></tr> <tr><td>水</td><td>25</td></tr> <tr><td>にんじん</td><td>12.5</td></tr> <tr><td>ごぼう</td><td>15</td></tr> <tr><td>さやいんげん</td><td>2.5</td></tr> <tr><td>土しょうが</td><td>1.25</td></tr> <tr><td>しょうゆ(こいくち)</td><td>4.25</td></tr> <tr><td>砂糖・上白糖</td><td>2.38</td></tr> <tr><td>みりん</td><td>1.13</td></tr> <tr><td>チキンウインナー50g</td><td>18.75</td></tr> <tr><td>たまねぎ</td><td>25</td></tr> <tr><td>にんじん</td><td>10</td></tr> <tr><td>セロリ</td><td>10</td></tr> <tr><td>キャベツ</td><td>25</td></tr> <tr><td>トマト</td><td>25</td></tr> <tr><td>オリーブ油</td><td>1</td></tr> <tr><td>スープベースチキン</td><td>15</td></tr> <tr><td>しょうゆ(うすくち)</td><td>2.83</td></tr> <tr><td>ケチャップ</td><td>2.83</td></tr> <tr><td>ペーリーフ</td><td>0.03</td></tr> <tr><td>塩</td><td>0.34</td></tr> <tr><td>こしょう</td><td>0.03</td></tr> </table>	食材名	数量	パン(80g)	0	パン(50g)	0	パン(70g)	1	牛乳(普通牛乳)	1	国産鶏のハンバーグ80g	0	水	25	にんじん	12.5	ごぼう	15	さやいんげん	2.5	土しょうが	1.25	しょうゆ(こいくち)	4.25	砂糖・上白糖	2.38	みりん	1.13	チキンウインナー50g	18.75	たまねぎ	25	にんじん	10	セロリ	10	キャベツ	25	トマト	25	オリーブ油	1	スープベースチキン	15	しょうゆ(うすくち)	2.83	ケチャップ	2.83	ペーリーフ	0.03	塩	0.34	こしょう	0.03	<table border="1"> <tr><th>食材名</th><th>数量</th></tr> <tr><td>精米(万葉の香)</td><td>81.25</td></tr> <tr><td>もち米</td><td>18.75</td></tr> <tr><td>大豆(稲美町産)乾</td><td>10</td></tr> <tr><td>サラダ油</td><td>1.25</td></tr> <tr><td>塩</td><td>0.75</td></tr> <tr><td>酒</td><td>1.88</td></tr> <tr><td>牛乳(普通牛乳)</td><td>1</td></tr> <tr><td>菜わかめ(冷凍)</td><td>37.5</td></tr> <tr><td>鶏もも皮つき</td><td>18.75</td></tr> <tr><td>油あげ</td><td>5</td></tr> <tr><td>にんじん</td><td>6.25</td></tr> <tr><td>にら</td><td>0.13</td></tr> <tr><td>しょうゆ(こいくち)</td><td>4</td></tr> <tr><td>砂糖・上白糖</td><td>2.88</td></tr> <tr><td>みりん</td><td>1.38</td></tr> <tr><td>だし用削り節</td><td>1.25</td></tr> <tr><td>豆腐(木綿)</td><td>37.5</td></tr> <tr><td>たまねぎ</td><td>25</td></tr> <tr><td>にんじん</td><td>10</td></tr> <tr><td>油あげ</td><td>6.25</td></tr> <tr><td>かつわかめ</td><td>0.63</td></tr> <tr><td>ねぎ(葉ねぎ)</td><td>6.25</td></tr> <tr><td>だし煮干し</td><td>3.5</td></tr> <tr><td>みそ</td><td>10.63</td></tr> <tr><td>かしわもち</td><td>1</td></tr> </table>	食材名	数量	精米(万葉の香)	81.25	もち米	18.75	大豆(稲美町産)乾	10	サラダ油	1.25	塩	0.75	酒	1.88	牛乳(普通牛乳)	1	菜わかめ(冷凍)	37.5	鶏もも皮つき	18.75	油あげ	5	にんじん	6.25	にら	0.13	しょうゆ(こいくち)	4	砂糖・上白糖	2.88	みりん	1.38	だし用削り節	1.25	豆腐(木綿)	37.5	たまねぎ	25	にんじん	10	油あげ	6.25	かつわかめ	0.63	ねぎ(葉ねぎ)	6.25	だし煮干し	3.5	みそ	10.63	かしわもち	1	<table border="1"> <tr><th>食材名</th><th>数量</th></tr> <tr><td>金芽米(万葉の香)</td><td>100</td></tr> <tr><td>牛乳(普通牛乳)</td><td>1</td></tr> <tr><td>豚肉(しょうが焼き用)</td><td>62.5</td></tr> <tr><td>たまねぎ</td><td>62.5</td></tr> <tr><td>にんじん</td><td>12.5</td></tr> <tr><td>土しょうが</td><td>0.63</td></tr> <tr><td>しょうゆ(こいくち)</td><td>3.75</td></tr> <tr><td>みりん</td><td>3.75</td></tr> <tr><td>酒</td><td>3.75</td></tr> <tr><td>サラダ油</td><td>2.5</td></tr> <tr><td>豆腐(木綿)</td><td>37.5</td></tr> <tr><td>ごま(白)</td><td>18.75</td></tr> <tr><td>にんじん</td><td>12.5</td></tr> <tr><td>もやし(緑豆)</td><td>12.5</td></tr> <tr><td>油あげ</td><td>6.25</td></tr> <tr><td>だし煮干し</td><td>3.5</td></tr> <tr><td>みそ</td><td>10.63</td></tr> </table>	食材名	数量	金芽米(万葉の香)	100	牛乳(普通牛乳)	1	豚肉(しょうが焼き用)	62.5	たまねぎ	62.5	にんじん	12.5	土しょうが	0.63	しょうゆ(こいくち)	3.75	みりん	3.75	酒	3.75	サラダ油	2.5	豆腐(木綿)	37.5	ごま(白)	18.75	にんじん	12.5	もやし(緑豆)	12.5	油あげ	6.25	だし煮干し	3.5	みそ	10.63	<table border="1"> <tr><th>食材名</th><th>数量</th></tr> <tr><td>ミニパン(50g)</td><td>0</td></tr> <tr><td>ミニパン(40g)</td><td>0</td></tr> <tr><td>ミニパン(60g)</td><td>1</td></tr> <tr><td>牛乳(普通牛乳)</td><td>1</td></tr> <tr><td>スパゲティ(乾)</td><td>50</td></tr> <tr><td>サラダ油</td><td>1.25</td></tr> <tr><td>鶏もも皮つき</td><td>25</td></tr> <tr><td>にんじん</td><td>10</td></tr> <tr><td>さやいんげん</td><td>10</td></tr> <tr><td>平天</td><td>10</td></tr> <tr><td>油あげ</td><td>3.75</td></tr> <tr><td>芽ひじき</td><td>2.5</td></tr> <tr><td>サラダ油</td><td>1.25</td></tr> <tr><td>しょうゆ(こいくち)</td><td>5</td></tr> <tr><td>砂糖・上白糖</td><td>2.5</td></tr> <tr><td>だし用削り節</td><td>1</td></tr> <tr><td>塩</td><td>0.13</td></tr> <tr><td>キャベツ</td><td>50</td></tr> <tr><td>ツナレトルト</td><td>20</td></tr> <tr><td>きゅうり</td><td>20</td></tr> <tr><td>たまねぎ</td><td>1</td></tr> <tr><td>酢・穀物酢</td><td>1</td></tr> <tr><td>白みそ</td><td>3.63</td></tr> <tr><td>砂糖・上白糖</td><td>1.75</td></tr> <tr><td>しょうゆ(こいくち)</td><td>0.88</td></tr> <tr><td>ごま油</td><td>0.5</td></tr> </table>	食材名	数量	ミニパン(50g)	0	ミニパン(40g)	0	ミニパン(60g)	1	牛乳(普通牛乳)	1	スパゲティ(乾)	50	サラダ油	1.25	鶏もも皮つき	25	にんじん	10	さやいんげん	10	平天	10	油あげ	3.75	芽ひじき	2.5	サラダ油	1.25	しょうゆ(こいくち)	5	砂糖・上白糖	2.5	だし用削り節	1	塩	0.13	キャベツ	50	ツナレトルト	20	きゅうり	20	たまねぎ	1	酢・穀物酢	1	白みそ	3.63	砂糖・上白糖	1.75	しょうゆ(こいくち)	0.88	ごま油	0.5	<table border="1"> <tr><th>食材名</th><th>数量</th></tr> <tr><td>金芽米(万葉の香)</td><td>100</td></tr> <tr><td>牛乳(普通牛乳)</td><td>1</td></tr> <tr><td>じゃがいも(マークイン)</td><td>50</td></tr> <tr><td>豚肉角切り</td><td>43.75</td></tr> <tr><td>たまねぎ</td><td>50</td></tr> <tr><td>こんにやく(板)</td><td>31.25</td></tr> <tr><td>厚揚げ</td><td>37.5</td></tr> <tr><td>にんじん</td><td>12.5</td></tr> <tr><td>グリーンピース</td><td>2.5</td></tr> <tr><td>土しょうが</td><td>0.38</td></tr> <tr><td>サラダ油</td><td>1.25</td></tr> <tr><td>砂糖・上白糖</td><td>3.13</td></tr> <tr><td>しょうゆ(こいくち)</td><td>2.13</td></tr> <tr><td>みそ</td><td>8.38</td></tr> <tr><td>みりん</td><td>1.25</td></tr> <tr><td>酒</td><td>1.25</td></tr> <tr><td>アスパラガス(グリーン)</td><td>18.75</td></tr> <tr><td>キャベツ</td><td>25</td></tr> <tr><td>キャベツ</td><td>15</td></tr> <tr><td>ごま(白)</td><td>1.75</td></tr> <tr><td>砂糖・上白糖</td><td>1.5</td></tr> <tr><td>しょうゆ(こいくち)</td><td>3</td></tr> </table>	食材名	数量	金芽米(万葉の香)	100	牛乳(普通牛乳)	1	じゃがいも(マークイン)	50	豚肉角切り	43.75	たまねぎ	50	こんにやく(板)	31.25	厚揚げ	37.5	にんじん	12.5	グリーンピース	2.5	土しょうが	0.38	サラダ油	1.25	砂糖・上白糖	3.13	しょうゆ(こいくち)	2.13	みそ	8.38	みりん	1.25	酒	1.25	アスパラガス(グリーン)	18.75	キャベツ	25	キャベツ	15	ごま(白)	1.75	砂糖・上白糖	1.5	しょうゆ(こいくち)	3	<table border="1"> <tr><th>食材名</th><th>数量</th></tr> <tr><td>精米(万葉の香)</td><td>75</td></tr> <tr><td>もち米</td><td>25</td></tr> <tr><td>実えんどう(むき実)</td><td>18.75</td></tr> <tr><td>実えんどう(さやつき)</td><td>0</td></tr> <tr><td>酒</td><td>1.25</td></tr> <tr><td>塩</td><td>0.88</td></tr> <tr><td>牛乳(普通牛乳)</td><td>1</td></tr> <tr><td>たまねぎ</td><td>25</td></tr> <tr><td>大豆(稲美町産)乾</td><td>5</td></tr> <tr><td>じゃがいも(マークイン)</td><td>12.5</td></tr> <tr><td>にんじん</td><td>3.75</td></tr> <tr><td>ちくわ</td><td>3.75</td></tr> <tr><td>かつわかめ</td><td>0.38</td></tr> <tr><td>米粉</td><td>13.75</td></tr> <tr><td>塩</td><td>0.13</td></tr> <tr><td>水</td><td>少々</td></tr> <tr><td>サラダ油</td><td>5</td></tr> <tr><td>豆腐(木綿)</td><td>37.5</td></tr> <tr><td>鶏もも皮つき</td><td>18.75</td></tr> <tr><td>かまぼこ</td><td>10</td></tr> <tr><td>にんじん</td><td>12.5</td></tr> <tr><td>油あげ</td><td>3.75</td></tr> <tr><td>ねぎ(葉ねぎ)</td><td>6.25</td></tr> <tr><td>だし昆布</td><td>0.75</td></tr> <tr><td>だし用削り節</td><td>3.25</td></tr> <tr><td>しょうゆ(うすくち)</td><td>4.5</td></tr> <tr><td>塩</td><td>0.13</td></tr> </table>	食材名	数量	精米(万葉の香)	75	もち米	25	実えんどう(むき実)	18.75	実えんどう(さやつき)	0	酒	1.25	塩	0.88	牛乳(普通牛乳)	1	たまねぎ	25	大豆(稲美町産)乾	5	じゃがいも(マークイン)	12.5	にんじん	3.75	ちくわ	3.75	かつわかめ	0.38	米粉	13.75	塩	0.13	水	少々	サラダ油	5	豆腐(木綿)	37.5	鶏もも皮つき	18.75	かまぼこ	10	にんじん	12.5	油あげ	3.75	ねぎ(葉ねぎ)	6.25	だし昆布	0.75	だし用削り節	3.25	しょうゆ(うすくち)	4.5	塩	0.13	<table border="1"> <tr><th>食材名</th><th>数量</th></tr> <tr><td>精米(万葉の香)</td><td>100</td></tr> <tr><td>牛乳(普通牛乳)</td><td>1</td></tr> <tr><td>豚肉</td><td>25</td></tr> <tr><td>じゃがいも(マークイン)</td><td>58.25</td></tr> <tr><td>こんにやく(板)</td><td>18.75</td></tr> <tr><td>にんじん</td><td>18.75</td></tr> <tr><td>たまねぎ</td><td>58.25</td></tr> <tr><td>ごぼう</td><td>18.75</td></tr> <tr><td>油あげ</td><td>10</td></tr> <tr><td>ごま(白)</td><td>3.5</td></tr> <tr><td>しょうゆ(こいくち)</td><td>3.63</td></tr> <tr><td>砂糖・上白糖</td><td>3.13</td></tr> <tr><td>みそ</td><td>6.88</td></tr> <tr><td>みりん</td><td>1.75</td></tr> <tr><td>だし用削り節</td><td>2.63</td></tr> <tr><td>切り干し大根</td><td>3.75</td></tr> <tr><td>きゅうり</td><td>25</td></tr> <tr><td>かつわかめ</td><td>0.63</td></tr> <tr><td>ツナレトルト</td><td>6.25</td></tr> <tr><td>酢・穀物酢</td><td>3</td></tr> <tr><td>砂糖・上白糖</td><td>2.25</td></tr> <tr><td>しょうゆ(うすくち)</td><td>2.88</td></tr> </table>	食材名	数量	精米(万葉の香)	100	牛乳(普通牛乳)	1	豚肉	25	じゃがいも(マークイン)	58.25	こんにやく(板)	18.75	にんじん	18.75	たまねぎ	58.25	ごぼう	18.75	油あげ	10	ごま(白)	3.5	しょうゆ(こいくち)	3.63	砂糖・上白糖	3.13	みそ	6.88	みりん	1.75	だし用削り節	2.63	切り干し大根	3.75	きゅうり	25	かつわかめ	0.63	ツナレトルト	6.25	酢・穀物酢	3	砂糖・上白糖	2.25	しょうゆ(うすくち)	2.88				
食材名	数量																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
パン(80g)	0																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
パン(50g)	0																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
パン(70g)	1																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
牛乳(普通牛乳)	1																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
国産鶏のハンバーグ80g	0																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
水	25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
にんじん	12.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
ごぼう	15																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
さやいんげん	2.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
土しょうが	1.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
しょうゆ(こいくち)	4.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
砂糖・上白糖	2.38																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
みりん	1.13																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
チキンウインナー50g	18.75																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
たまねぎ	25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
にんじん	10																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
セロリ	10																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
キャベツ	25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
トマト	25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
オリーブ油	1																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
スープベースチキン	15																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
しょうゆ(うすくち)	2.83																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
ケチャップ	2.83																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
ペーリーフ	0.03																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
塩	0.34																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
こしょう	0.03																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
食材名	数量																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
精米(万葉の香)	81.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
もち米	18.75																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
大豆(稲美町産)乾	10																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
サラダ油	1.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
塩	0.75																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
酒	1.88																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
牛乳(普通牛乳)	1																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
菜わかめ(冷凍)	37.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
鶏もも皮つき	18.75																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
油あげ	5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
にんじん	6.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
にら	0.13																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
しょうゆ(こいくち)	4																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
砂糖・上白糖	2.88																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
みりん	1.38																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
だし用削り節	1.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
豆腐(木綿)	37.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
たまねぎ	25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
にんじん	10																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
油あげ	6.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
かつわかめ	0.63																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
ねぎ(葉ねぎ)	6.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
だし煮干し	3.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
みそ	10.63																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
かしわもち	1																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
食材名	数量																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
金芽米(万葉の香)	100																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
牛乳(普通牛乳)	1																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
豚肉(しょうが焼き用)	62.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
たまねぎ	62.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
にんじん	12.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
土しょうが	0.63																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
しょうゆ(こいくち)	3.75																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
みりん	3.75																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
酒	3.75																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
サラダ油	2.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
豆腐(木綿)	37.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
ごま(白)	18.75																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
にんじん	12.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
もやし(緑豆)	12.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
油あげ	6.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
だし煮干し	3.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
みそ	10.63																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
食材名	数量																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
ミニパン(50g)	0																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
ミニパン(40g)	0																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
ミニパン(60g)	1																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
牛乳(普通牛乳)	1																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
スパゲティ(乾)	50																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
サラダ油	1.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
鶏もも皮つき	25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
にんじん	10																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
さやいんげん	10																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
平天	10																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
油あげ	3.75																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
芽ひじき	2.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
サラダ油	1.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
しょうゆ(こいくち)	5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
砂糖・上白糖	2.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
だし用削り節	1																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
塩	0.13																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
キャベツ	50																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
ツナレトルト	20																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
きゅうり	20																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
たまねぎ	1																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
酢・穀物酢	1																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
白みそ	3.63																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
砂糖・上白糖	1.75																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
しょうゆ(こいくち)	0.88																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
ごま油	0.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
食材名	数量																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
金芽米(万葉の香)	100																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
牛乳(普通牛乳)	1																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
じゃがいも(マークイン)	50																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
豚肉角切り	43.75																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
たまねぎ	50																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
こんにやく(板)	31.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
厚揚げ	37.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
にんじん	12.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
グリーンピース	2.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
土しょうが	0.38																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
サラダ油	1.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
砂糖・上白糖	3.13																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
しょうゆ(こいくち)	2.13																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
みそ	8.38																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
みりん	1.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
酒	1.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
アスパラガス(グリーン)	18.75																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
キャベツ	25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
キャベツ	15																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
ごま(白)	1.75																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
砂糖・上白糖	1.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
しょうゆ(こいくち)	3																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
食材名	数量																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
精米(万葉の香)	75																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
もち米	25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
実えんどう(むき実)	18.75																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
実えんどう(さやつき)	0																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
酒	1.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
塩	0.88																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
牛乳(普通牛乳)	1																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
たまねぎ	25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
大豆(稲美町産)乾	5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
じゃがいも(マークイン)	12.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
にんじん	3.75																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
ちくわ	3.75																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
かつわかめ	0.38																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
米粉	13.75																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
塩	0.13																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
水	少々																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
サラダ油	5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
豆腐(木綿)	37.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
鶏もも皮つき	18.75																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
かまぼこ	10																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
にんじん	12.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
油あげ	3.75																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
ねぎ(葉ねぎ)	6.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
だし昆布	0.75																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
だし用削り節	3.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
しょうゆ(うすくち)	4.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
塩	0.13																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
食材名	数量																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
精米(万葉の香)	100																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
牛乳(普通牛乳)	1																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
豚肉	25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
じゃがいも(マークイン)	58.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
こんにやく(板)	18.75																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
にんじん	18.75																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
たまねぎ	58.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
ごぼう	18.75																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
油あげ	10																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
ごま(白)	3.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
しょうゆ(こいくち)	3.63																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
砂糖・上白糖	3.13																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
みそ	6.88																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
みりん	1.75																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
だし用削り節	2.63																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
切り干し大根	3.75																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
きゅうり	25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
かつわかめ	0.63																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
ツナレトルト	6.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
酢・穀物酢	3																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
砂糖・上白糖	2.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
しょうゆ(うすくち)	2.88																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
月日	5月14日(火)	5月15日(水)	5月16日(木)	5月17日(金)	5月20日(月)	5月21日(火)	5月22日(水)																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																												
献立名	キムチチャーハン 牛乳 フォースープ チキンカツ	ミニパン 牛乳 イタリアンスパゲティ 小松菜とツナのサラダ	ごはん 牛乳 じゃがいもと大豆のうま煮 おかひじきのおひたし	ごはん 牛乳 あじのたつた揚げ(g) 小松菜のおひたし 玉ねぎのみそ汁	ごはん 牛乳 鶏肉のスタミナ焼き にんじんシシリ しいたけとチンゲン菜のスープ	カレーライス 牛乳 ハムサラダ 福神漬	パン 牛乳 魚のフライ キャベツのソース炒め チキンスープ																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																												
材料名および使用量 (g)	<table border="1"> <tr><th>食材名</th><th>数量</th></tr> <tr><td>精米(万葉の香)</td><td>93.75</td></tr> <tr><td>酒</td><td>1.5</td></tr> <tr><td>塩</td><td>0.38</td></tr> <tr><td>サラダ油</td><td>1.25</td></tr> <tr><td>豚肉</td><td>25</td></tr> <tr><td>にんじん</td><td>12.5</td></tr> <tr><td>白菜キムチ</td><td>18.75</td></tr> <tr><td>ピーマン</td><td>7.5</td></tr> <tr><td>塩</td><td>0.25</td></tr> <tr><td>しょうゆ(こいくち)</td><td>2</td></tr> <tr><td>ごま(白)</td><td>2.38</td></tr> <tr><td>酒</td><td>1.13</td></tr> <tr><td>牛乳(普通牛乳)</td><td>1</td></tr> <tr><td>鶏もも皮つき</td><td>12.5</td></tr> <tr><td>フォア</td><td>8.75</td></tr> <tr><td>にんじん</td><td>6.25</td></tr> <tr><td>たまねぎ</td><td>18.75</td></tr> <tr><td>チンゲンツアイ</td><td>18.75</td></tr> <tr><td>塩</td><td>0.25</td></tr> <tr><td>こしょう</td><td>0.03</td></tr> <tr><td>しょうゆ(うすくち)</td><td>4.38</td></tr> <tr><td>ごま油</td><td>0.5</td></tr> <tr><td>スープベースチキン</td><td>15</td></tr> <tr><td>チキンカツ50g</td><td>0</td></tr> <tr><td>チキンカツ60g</td><td>1</td></tr> <tr><td>サラダ油</td><td>8.13</td></tr> </table>	食材名	数量	精米(万葉の香)	93.75	酒	1.5	塩	0.38	サラダ油	1.25	豚肉	25	にんじん	12.5	白菜キムチ	18.75	ピーマン	7.5	塩	0.25	しょうゆ(こいくち)	2	ごま(白)	2.38	酒	1.13	牛乳(普通牛乳)	1	鶏もも皮つき	12.5	フォア	8.75	にんじん	6.25	たまねぎ	18.75	チンゲンツアイ	18.75	塩	0.25	こしょう	0.03	しょうゆ(うすくち)	4.38	ごま油	0.5	スープベースチキン	15	チキンカツ50g	0	チキンカツ60g	1	サラダ油	8.13	<table border="1"> <tr><th>食材名</th><th>数量</th></tr> <tr><td>ミニパン(50g)</td><td>0</td></tr> <tr><td>ミニパン(40g)</td><td>0</td></tr> <tr><td>ミニパン(60g)</td><td>1</td></tr> <tr><td>牛乳(普通牛乳)</td><td>1</td></tr> <tr><td>スパゲティ(乾)</td><td>50</td></tr> <tr><td>たまねぎ</td><td>62.5</td></tr> <tr><td>ポークハム(バラ凍結)</td><td>25</td></tr> <tr><td>にんじん</td><td>18.75</td></tr> <tr><td>マッシュルーム(スライス)</td><td>12.5</td></tr> <tr><td>ピーマン</td><td>6.25</td></tr> <tr><td>オリーブ油</td><td>2.25</td></tr> <tr><td>ケチャップ</td><td>23.18</td></tr> <tr><td>ウスターソース</td><td>2.5</td></tr> <tr><td>塩</td><td>0.38</td></tr> <tr><td>こしょう</td><td>0.05</td></tr> <tr><td>ごま(白)</td><td>25</td></tr> <tr><td>キャベツ</td><td>37.5</td></tr> <tr><td>ツナレトルト</td><td>10</td></tr> <tr><td>コーン</td><td>6.25</td></tr> <tr><td>酢・穀物酢</td><td>2.13</td></tr> <tr><td>砂糖・上白糖</td><td>1</td></tr> <tr><td>しょうゆ(うすくち)</td><td>0.75</td></tr> <tr><td>ノンエッグマヨネーズ</td><td>8.75</td></tr> </table>	食材名	数量	ミニパン(50g)	0	ミニパン(40g)	0	ミニパン(60g)	1	牛乳(普通牛乳)	1	スパゲティ(乾)	50	たまねぎ	62.5	ポークハム(バラ凍結)	25	にんじん	18.75	マッシュルーム(スライス)	12.5	ピーマン	6.25	オリーブ油	2.25	ケチャップ	23.18	ウスターソース	2.5	塩	0.38	こしょう	0.05	ごま(白)	25	キャベツ	37.5	ツナレトルト	10	コーン	6.25	酢・穀物酢	2.13	砂糖・上白糖	1	しょうゆ(うすくち)	0.75	ノンエッグマヨネーズ	8.75	<table border="1"> <tr><th>食材名</th><th>数量</th></tr> <tr><td>精米(万葉の香)</td><td>100</td></tr> <tr><td>牛乳(普通牛乳)</td><td>1</td></tr> <tr><td>鶏もも皮つき</td><td>31.25</td></tr> <tr><td>大豆(稲美町産)乾</td><td>15</td></tr> <tr><td>平天</td><td>12.5</td></tr> <tr><td>厚揚げ</td><td>25</td></tr> <tr><td>じゃがいも(マークイン)</td><td>62.5</td></tr> <tr><td>にんじん</td><td>12.5</td></tr> <tr><td>こんにやく(板)</td><td>25</td></tr> <tr><td>サラダ油</td><td>1.25</td></tr> <tr><td>砂糖・上白糖</td><td>3.63</td></tr> <tr><td>しょうゆ(こいくち)</td><td>6</td></tr> <tr><td>酒</td><td>1.25</td></tr> <tr><td>おかひじき</td><td>25</td></tr> <tr><td>キャベツ</td><td>18.75</td></tr> <tr><td>もやし(緑豆)</td><td>18.75</td></tr> <tr><td>ねぎ(葉ねぎ)</td><td>6.25</td></tr> <tr><td>花かつお</td><td>0.88</td></tr> <tr><td>しょうゆ(うすくち)</td><td>2.38</td></tr> </table>	食材名	数量	精米(万葉の香)	100	牛乳(普通牛乳)	1	鶏もも皮つき	31.25	大豆(稲美町産)乾	15	平天	12.5	厚揚げ	25	じゃがいも(マークイン)	62.5	にんじん	12.5	こんにやく(板)	25	サラダ油	1.25	砂糖・上白糖	3.63	しょうゆ(こいくち)	6	酒	1.25	おかひじき	25	キャベツ	18.75	もやし(緑豆)	18.75	ねぎ(葉ねぎ)	6.25	花かつお	0.88	しょうゆ(うすくち)	2.38	<table border="1"> <tr><th>食材名</th><th>数量</th></tr> <tr><td>精米(万葉の香)</td><td>100</td></tr> <tr><td>牛乳(普通牛乳)</td><td>1</td></tr> <tr><td>あじ(角切り)</td><td>50</td></tr> <tr><td>しょうゆ(こいくち)</td><td>4.38</td></tr> <tr><td>土しょうが</td><td>2.5</td></tr> <tr><td>酒</td><td>2.5</td></tr> <tr><td>かたくり粉</td><td>13.75</td></tr> <tr><td>サラダ油</td><td>6.25</td></tr> <tr><td>ごま(白)</td><td>50</td></tr> <tr><td>にんじん</td><td>10</td></tr> <tr><td>ごま(白)</td><td>1.25</td></tr> <tr><td>しょうゆ(こいくち)</td><td>1.75</td></tr> <tr><td>たまねぎ</td><td>62.5</td></tr> <tr><td>にんじん</td><td>10</td></tr> <tr><td>油あげ</td><td>6.25</td></tr> <tr><td>かつわかめ</td><td>0.63</td></tr> <tr><td>ねぎ(葉ねぎ)</td><td>6.25</td></tr> <tr><td>だし煮干し</td><td>3.63</td></tr> <tr><td>みそ</td><td>10.5</td></tr> </table>	食材名	数量	精米(万葉の香)	100	牛乳(普通牛乳)	1	あじ(角切り)	50	しょうゆ(こいくち)	4.38	土しょうが	2.5	酒	2.5	かたくり粉	13.75	サラダ油	6.25	ごま(白)	50	にんじん	10	ごま(白)	1.25	しょうゆ(こいくち)	1.75	たまねぎ	62.5	にんじん	10	油あげ	6.25	かつわかめ	0.63	ねぎ(葉ねぎ)	6.25	だし煮干し	3.63	みそ	10.5	<table border="1"> <tr><th>食材名</th><th>数量</th></tr> <tr><td>精米(万葉の香)</td><td>100</td></tr> <tr><td>牛乳(普通牛乳)</td><td>1</td></tr> <tr><td>鶏もも皮つき(60g)</td><td>0</td></tr> <tr><td>鶏もも皮つき(80g)</td><td>1</td></tr> <tr><td>にんじん</td><td>3.8</td></tr> <tr><td>砂糖・上白糖</td><td>1.9</td></tr> <tr><td>ごま(白)</td><td>0.6</td></tr> <tr><td>ねぎ(葉ねぎ)</td><td>3</td></tr> <tr><td>にんにく</td><td>0.2</td></tr> <tr><td>土しょうが</td><td>0.3</td></tr> <tr><td>にんじん</td><td>50</td></tr> <tr><td>ツナレトルト</td><td>2.5</td></tr> <tr><td>砂糖・上白糖</td><td>0.88</td></tr> <tr><td>しょうゆ(こいくち)</td><td>2.38</td></tr> <tr><td>酒</td><td>1.88</td></tr> <tr><td>ごま油</td><td>0.63</td></tr> <tr><td>チンゲンツアイ</td><td>37.5</td></tr> <tr><td>豚肉</td><td>18.75</td></tr> <tr><td>にんじん</td><td>10</td></tr> <tr><td>しいたけ</td><td>7.5</td></tr> <tr><td>はるさめ</td><td>6.25</td></tr> <tr><td>土しょうが</td><td>0.63</td></tr> <tr><td>スープベースチキン</td><td>15</td></tr> <tr><td>しょうゆ(うすくち)</td><td>4.63</td></tr> <tr><td>塩</td><td>0.25</td></tr> <tr><td>酒</td><td>1.38</td></tr> <tr><td>こしょう</td><td>0.05</td></tr> </table>	食材名	数量	精米(万葉の香)	100	牛乳(普通牛乳)	1	鶏もも皮つき(60g)	0	鶏もも皮つき(80g)	1	にんじん	3.8	砂糖・上白糖	1.9	ごま(白)	0.6	ねぎ(葉ねぎ)	3	にんにく	0.2	土しょうが	0.3	にんじん	50	ツナレトルト	2.5	砂糖・上白糖	0.88	しょうゆ(こいくち)	2.38	酒	1.88	ごま油	0.63	チンゲンツアイ	37.5	豚肉	18.75	にんじん	10	しいたけ	7.5	はるさめ	6.25	土しょうが	0.63	スープベースチキン	15	しょうゆ(うすくち)	4.63	塩	0.25	酒	1.38	こしょう	0.05	<table border="1"> <tr><th>食材名</th><th>数量</th></tr> <tr><td>精米(万葉の香)</td><td>100</td></tr> <tr><td>じゃがいも(マークイン)</td><td>50</td></tr> <tr><td>たまねぎ</td><td>50</td></tr> <tr><td>牛肉すね</td><td>25</td></tr> <tr><td>にんじん</td><td>18.75</td></tr> <tr><td>グリーンピース</td><td>3.75</td></tr> <tr><td>サラダ油</td><td>1.25</td></tr> <tr><td>バター</td><td>12.25</td></tr> <tr><td>小麦粉</td><td>12.13</td></tr> <tr><td>カレー粉</td><td>1.13</td></tr> <tr><td>ウスターソース</td><td>5.88</td></tr> <tr><td>しょうゆ(こいくち)</td><td>3.13</td></tr> <tr><td>ガーリックパウダー</td><td>0.06</td></tr> <tr><td>ペーリーフ</td><td>0.03</td></tr> <tr><td>塩</td><td>0.63</td></tr> <tr><td>こしょう</td><td>0.05</td></tr> <tr><td>チャツネ</td><td>4.25</td></tr> <tr><td>スープベースチキン</td><td>15</td></tr> <tr><td>牛乳(普通牛乳)</td><td>1</td></tr> <tr><td>キャベツ</td><td>39</td></tr> <tr><td>きゅうり</td><td>19.5</td></tr> <tr><td>コーン</td><td>3.9</td></tr> <tr><td>チキンハム</td><td>10.4</td></tr> <tr><td>サラダ油</td><td>2.99</td></tr> <tr><td>りんご酢</td><td>3.25</td></tr> <tr><td>塩</td><td>0.26</td></tr> <tr><td>こしょう</td><td>0.03</td></tr> <tr><td>砂糖・上白糖</td><td>0.26</td></tr> <tr><td>福神漬(0.85kg袋)</td><td>15</td></tr> </table>	食材名	数量	精米(万葉の香)	100	じゃがいも(マークイン)	50	たまねぎ	50	牛肉すね	25	にんじん	18.75	グリーンピース	3.75	サラダ油	1.25	バター	12.25	小麦粉	12.13	カレー粉	1.13	ウスターソース	5.88	しょうゆ(こいくち)	3.13	ガーリックパウダー	0.06	ペーリーフ	0.03	塩	0.63	こしょう	0.05	チャツネ	4.25	スープベースチキン	15	牛乳(普通牛乳)	1	キャベツ	39	きゅうり	19.5	コーン	3.9	チキンハム	10.4	サラダ油	2.99	りんご酢	3.25	塩	0.26	こしょう	0.03	砂糖・上白糖	0.26	福神漬(0.85kg袋)	15	<table border="1"> <tr><th>食材名</th><th>数量</th></tr> <tr><td>パン(60g)</td><td>0</td></tr> <tr><td>パン(50g)</td><td>0</td></tr> <tr><td>パン(70g)</td><td>1</td></tr> <tr><td>牛乳(普通牛乳)</td><td>1</td></tr> <tr><td>鶏のフライ50g</td><td>0</td></tr> <tr><td>鯖のフライ60g</td><td>1</td></tr> <tr><td>サラダ油</td><td>8.13</td></tr> <tr><td>キャベツ</td><td>50</td></tr> <tr><td>ピーマン</td><td>6.25</td></tr> <tr><td>ちくわ</td><td>6.25</td></tr> <tr><td>花かつお</td><td>0.63</td></tr> <tr><td>ウスターソース</td><td>2.5</td></tr> <tr><td>とんかつソース</td><td>1.88</td></tr> <tr><td>サラダ油</td><td>1.25</td></tr> <tr><td>じゃがいも(マークイン)</td><td>31.25</td></tr> <tr><td>キャベツ</td><td>31.25</td></tr> <tr><td>たまねぎ</td><td>31.25</td></tr> <tr><td>にんじん</td><td>12.5</td></tr> <tr><td>鶏もも皮つき</td><td>15</td></tr> <tr><td>パセリ</td><td>0.63</td></tr> <tr><td>スープベースチキン</td><td>15</td></tr> <tr><td>しょうゆ(うすくち)</td><td>4.5</td></tr> <tr><td>塩</td><td>0.25</td></tr> <tr><td>こしょう</td><td>0.04</td></tr> </table>	食材名	数量	パン(60g)	0	パン(50g)	0	パン(70g)	1	牛乳(普通牛乳)	1	鶏のフライ50g	0	鯖のフライ60g	1	サラダ油	8.13	キャベツ	50	ピーマン	6.25	ちくわ	6.25	花かつお	0.63	ウスターソース	2.5	とんかつソース	1.88	サラダ油	1.25	じゃがいも(マークイン)	31.25	キャベツ	31.25	たまねぎ	31.25	にんじん	12.5	鶏もも皮つき	15	パセリ	0.63	スープベースチキン	15	しょうゆ(うすくち)	4.5	塩	0.25	こしょう	0.04
食材名	数量																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
精米(万葉の香)	93.75																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
酒	1.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
塩	0.38																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
サラダ油	1.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
豚肉	25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
にんじん	12.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
白菜キムチ	18.75																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
ピーマン	7.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
塩	0.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
しょうゆ(こいくち)	2																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
ごま(白)	2.38																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
酒	1.13																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
牛乳(普通牛乳)	1																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
鶏もも皮つき	12.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
フォア	8.75																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
にんじん	6.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
たまねぎ	18.75																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
チンゲンツアイ	18.75																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
塩	0.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
こしょう	0.03																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
しょうゆ(うすくち)	4.38																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
ごま油	0.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
スープベースチキン	15																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
チキンカツ50g	0																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
チキンカツ60g	1																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
サラダ油	8.13																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
食材名	数量																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
ミニパン(50g)	0																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
ミニパン(40g)	0																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
ミニパン(60g)	1																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
牛乳(普通牛乳)	1																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
スパゲティ(乾)	50																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
たまねぎ	62.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
ポークハム(バラ凍結)	25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
にんじん	18.75																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
マッシュルーム(スライス)	12.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
ピーマン	6.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
オリーブ油	2.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
ケチャップ	23.18																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
ウスターソース	2.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
塩	0.38																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
こしょう	0.05																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
ごま(白)	25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
キャベツ	37.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
ツナレトルト	10																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
コーン	6.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
酢・穀物酢	2.13																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
砂糖・上白糖	1																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
しょうゆ(うすくち)	0.75																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
ノンエッグマヨネーズ	8.75																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
食材名	数量																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
精米(万葉の香)	100																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
牛乳(普通牛乳)	1																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
鶏もも皮つき	31.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
大豆(稲美町産)乾	15																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
平天	12.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
厚揚げ	25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
じゃがいも(マークイン)	62.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
にんじん	12.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
こんにやく(板)	25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
サラダ油	1.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
砂糖・上白糖	3.63																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
しょうゆ(こいくち)	6																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
酒	1.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
おかひじき	25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
キャベツ	18.75																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
もやし(緑豆)	18.75																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
ねぎ(葉ねぎ)	6.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
花かつお	0.88																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
しょうゆ(うすくち)	2.38																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
食材名	数量																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
精米(万葉の香)	100																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
牛乳(普通牛乳)	1																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
あじ(角切り)	50																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
しょうゆ(こいくち)	4.38																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
土しょうが	2.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
酒	2.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
かたくり粉	13.75																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
サラダ油	6.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
ごま(白)	50																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
にんじん	10																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
ごま(白)	1.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
しょうゆ(こいくち)	1.75																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
たまねぎ	62.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
にんじん	10																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
油あげ	6.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
かつわかめ	0.63																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
ねぎ(葉ねぎ)	6.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
だし煮干し	3.63																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
みそ	10.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
食材名	数量																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
精米(万葉の香)	100																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
牛乳(普通牛乳)	1																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
鶏もも皮つき(60g)	0																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
鶏もも皮つき(80g)	1																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
にんじん	3.8																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
砂糖・上白糖	1.9																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
ごま(白)	0.6																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
ねぎ(葉ねぎ)	3																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
にんにく	0.2																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
土しょうが	0.3																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
にんじん	50																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
ツナレトルト	2.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
砂糖・上白糖	0.88																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
しょうゆ(こいくち)	2.38																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
酒	1.88																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
ごま油	0.63																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
チンゲンツアイ	37.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
豚肉	18.75																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
にんじん	10																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
しいたけ	7.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
はるさめ	6.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
土しょうが	0.63																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
スープベースチキン	15																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
しょうゆ(うすくち)	4.63																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
塩	0.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
酒	1.38																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
こしょう	0.05																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
食材名	数量																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
精米(万葉の香)	100																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
じゃがいも(マークイン)	50																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
たまねぎ	50																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
牛肉すね	25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
にんじん	18.75																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
グリーンピース	3.75																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
サラダ油	1.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
バター	12.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
小麦粉	12.13																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
カレー粉	1.13																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
ウスターソース	5.88																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
しょうゆ(こいくち)	3.13																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
ガーリックパウダー	0.06																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
ペーリーフ	0.03																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
塩	0.63																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
こしょう	0.05																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
チャツネ	4.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
スープベースチキン	15																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
牛乳(普通牛乳)	1																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
キャベツ	39																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
きゅうり	19.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
コーン	3.9																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
チキンハム	10.4																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
サラダ油	2.99																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
りんご酢	3.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
塩	0.26																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
こしょう	0.03																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
砂糖・上白糖	0.26																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
福神漬(0.85kg袋)	15																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
食材名	数量																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
パン(60g)	0																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
パン(50g)	0																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
パン(70g)	1																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
牛乳(普通牛乳)	1																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
鶏のフライ50g	0																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
鯖のフライ60g	1																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
サラダ油	8.13																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
キャベツ	50																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
ピーマン	6.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
ちくわ	6.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
花かつお	0.63																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
ウスターソース	2.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
とんかつソース	1.88																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
サラダ油	1.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
じゃがいも(マークイン)	31.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
キャベツ	31.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
たまねぎ	31.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
にんじん	12.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
鶏もも皮つき	15																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
パセリ	0.63																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
スープベースチキン	15																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
しょうゆ(うすくち)	4.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
塩	0.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
こしょう	0.04																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
月日	5月24日(金)	5月27日(月)	5月28日(火)	5月29日(水)	5月30日(木)	5月31日(金)																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																													
献立名	鯛めし 牛乳 小松菜と油あげのごまいため ばち汁	豚丼 牛乳 春雨スープ ゼリー	ごはん 牛乳 豚肉と厚揚げのみそ炒め えのき茸入りすまし汁 エゴフリかけ	パン 牛乳 ポークビーンズ コールスローサラダ	ごはん 牛乳 かつおのたつた揚げ ピーマンとちくわの炒め物 じゃがいものみそ汁	もち麦ごはん 牛乳 じゃがいもとベーコンの炒め煮 いなみのりちゃんサラダ	○: 赤色の食品 (主に体の組織をつくる) △: 緑色の食品 (主に体の調子を整える) □: 黄色の食品 (主にエネルギーになる)																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																												
材料名および使用量 (g)	<table border="1"> <tr><th>食材名</th><th>数量</th></tr> <tr><td>精米(万葉の香)</td><td>100</td></tr> <tr><td>たい(まだら)三枚おろし</td><td>25</td></tr> <tr><td>酒</td><td>0.63</td></tr> <tr><td>塩</td><td>0.25</td></tr> <tr><td>だし昆布</td><td>0.38</td></tr> <tr><td>しょうゆ(こいくち)</td><td>3.25</td></tr> <tr><td>酒</td><td>2</td></tr> <tr><td>みつば</td><td>2.5</td></tr> <tr><td>牛乳(普通牛乳)</td><td>1</td></tr> <tr><td>ごま(白)</td><td>62.5</td></tr> <tr><td>油あげ</td><td>12.5</td></tr> <tr><td>ごま(白)</td><td>2.5</td></tr> <tr><td>サラダ油</td><td>1.25</td></tr> <tr><td>砂糖・上白糖</td><td>1.25</td></tr> <tr><td>しょうゆ(こいくち)</td><td>3.5</td></tr> <tr><td>酒</td><td>1.5</td></tr> <tr><td>そうめんぼろ</td><td>10</td></tr> <tr><td>たまねぎ</td><td>18.75</td></tr> <tr><td>にんじん</td><td>6.25</td></tr> <tr><td>油あげ</td><td>6.25</td></tr> <tr><td>かまぼこ</td><td>10</td></tr> <tr><td>ねぎ(葉ねぎ)</td><td>6.25</td></tr> <tr><td>だし用削り節</td><td>3.75</td></tr> <tr><td>だし昆布</td><td>0.75</td></tr> <tr><td>しょうゆ(うすくち)</td><td>3.25</td></tr> </table>	食材名	数量	精米(万葉の香)	100	たい(まだら)三枚おろし	25	酒	0.63	塩	0.25	だし昆布	0.38	しょうゆ(こいくち)	3.25	酒	2	みつば	2.5	牛乳(普通牛乳)	1	ごま(白)	62.5	油あげ	12.5	ごま(白)	2.5	サラダ油	1.25	砂糖・上白糖	1.25	しょうゆ(こいくち)	3.5	酒	1.5	そうめんぼろ	10	たまねぎ	18.75	にんじん	6.25	油あげ	6.25	かまぼこ	10	ねぎ(葉ねぎ)	6.25	だし用削り節	3.75	だし昆布	0.75	しょうゆ(うすくち)	3.25	<table border="1"> <tr><th>食材名</th><th>数量</th></tr> <tr><td>精米(万葉の香)</td><td>100</td></tr> <tr><td>豚肉</td><td>62.5</td></tr> <tr><td>つきこん</td><td>25</td></tr> <tr><td>たまねぎ</td><td>75</td></tr> <tr><td>サラダ油</td><td>1.25</td></tr> <tr><td>砂糖・上白糖</td><td>4.38</td></tr> <tr><td>しょうゆ(こいくち)</td><td>3.13</td></tr> <tr><td>酒</td><td>1.38</td></tr> <tr><td>みそ</td><td>5.63</td></tr> <tr><td>牛乳(普通牛乳)</td><td>1</td></tr> <tr><td>たまねぎ</td><td>37.5</td></tr> <tr><td>鶏もも皮つき</td><td>18.75</td></tr> <tr><td>はるさめ</td><td>10</td></tr> <tr><td>にんじん</td><td>10</td></tr> <tr><td>ねぎ(葉ねぎ)</td><td>6.25</td></tr> <tr><td>だし用削り節</td><td>3.13</td></tr> <tr><td>しょうゆ(うすくち)</td><td>4.63</td></tr> <tr><td>塩</td><td>0.25</td></tr> <tr><td>ゼリー</td><td>1</td></tr> </table>	食材名	数量	精米(万葉の香)	100	豚肉	62.5	つきこん	25	たまねぎ	75	サラダ油	1.25	砂糖・上白糖	4.38	しょうゆ(こいくち)	3.13	酒	1.38	みそ	5.63	牛乳(普通牛乳)	1	たまねぎ	37.5	鶏もも皮つき	18.75	はるさめ	10	にんじん	10	ねぎ(葉ねぎ)	6.25	だし用削り節	3.13	しょうゆ(うすくち)	4.63	塩	0.25	ゼリー	1	<table border="1"> <tr><th>食材名</th><th>数量</th></tr> <tr><td>精米(万葉の香)</td><td>100</td></tr> <tr><td>牛乳(普通牛乳)</td><td>1</td></tr> <tr><td>豚肉</td><td>37.5</td></tr> <tr><td>厚揚げ</td><td>37.5</td></tr> <tr><td>キャベツ</td><td>37.5</td></tr> <tr><td>たけのこ・水煮</td><td>18.75</td></tr> <tr><td>にんじん</td><td>12.5</td></tr> <tr><td>もやし(緑豆)</td><td>18.75</td></tr> <tr><td>ピーマン</td><td>6.25</td></tr> <tr><td>酒</td><td>1.38</td></tr> <tr><td>みそ</td><td>4.88</td></tr> <tr><td>しょうゆ(うすくち)</td><td>3.38</td></tr> <tr><td>砂糖・上白糖</td><td>1.25</td></tr> <tr><td>サラダ油</td><td>0.63</td></tr> <tr><td>豆腐(木綿)</td><td>37.5</td></tr> <tr><td>かまぼこ</td><td>12.5</td></tr> <tr><td>えのき茸</td><td>15</td></tr> <tr><td>にんじん</td><td>10</td></tr> <tr><td>油あげ</td><td>5</td></tr> <tr><td>ねぎ(葉ねぎ)</td><td>6.25</td></tr> <tr><td>しょうゆ(うすくち)</td><td>4.63</td></tr> <tr><td>塩</td><td>0.13</td></tr> <tr><td>だし昆布</td><td>0.75</td></tr> <tr><td>だし用削り節</td><td>3.75</td></tr> <tr><td>芽ひじき</td><td>1.88</td></tr> <tr><td>芽ひじき</td><td>1.75</td></tr> <tr><td>黒きくらげ(乾)</td><td>0.38</td></tr> <tr><td>花かつお</td><td>1.75</td></tr> <tr><td>ごま(白)</td><td>2.5</td></tr> <tr><td>砂糖・上白糖</td><td>2.5</td></tr> <tr><td>しょうゆ(こいくち)</td><td>2.5</td></tr> <tr><td>みりん</td><td>1.25</td></tr> </table>	食材名	数量	精米(万葉の香)	100	牛乳(普通牛乳)	1	豚肉	37.5	厚揚げ	37.5	キャベツ	37.5	たけのこ・水煮	18.75	にんじん	12.5	もやし(緑豆)	18.75	ピーマン	6.25	酒	1.38	みそ	4.88	しょうゆ(うすくち)	3.38	砂糖・上白糖	1.25	サラダ油	0.63	豆腐(木綿)	37.5	かまぼこ	12.5	えのき茸	15	にんじん	10	油あげ	5	ねぎ(葉ねぎ)	6.25	しょうゆ(うすくち)	4.63	塩	0.13	だし昆布	0.75	だし用削り節	3.75	芽ひじき	1.88	芽ひじき	1.75	黒きくらげ(乾)	0.38	花かつお	1.75	ごま(白)	2.5	砂糖・上白糖	2.5	しょうゆ(こいくち)	2.5	みりん	1.25	<table border="1"> <tr><th>食材名</th><th>数量</th></tr> <tr><td>パン(80g)</td><td>0</td></tr> <tr><td>パン(50g)</td><td>0</td></tr> <tr><td>パン(70g)</td><td>1</td></tr> <tr><td>牛乳(普通牛乳)</td><td>1</td></tr> <tr><td>じゃがいも(マークイン)</td><td>50</td></tr> <tr><td>たまねぎ</td><td>50</td></tr> <tr><td>大豆(稲美町産)乾</td><td>15</td></tr> <tr><td>豚肉</td><td>18.75</td></tr> <tr><td>にんじん</td><td>18.75</td></tr> <tr><td>グリーンピース</td><td>2.5</td></tr> <tr><td>サラダ油</td><td>1.25</td></tr> <tr><td>小麦粉</td><td>7</td></tr> <tr><td>バター</td><td>6.88</td></tr> <tr><td>ケチャップ</td><td>8.13</td></tr> <tr><td>トマトピューレ</td><td>6.88</td></tr> <tr><td>ウスターソース</td><td>2.5</td></tr> <tr><td>しょうゆ(こいくち)</td><td>1.83</td></tr> <tr><td>塩</td><td>0.63</td></tr> <tr><td>こしょう</td><td>0.04</td></tr> <tr><td>スープベースチキン</td><td>15</td></tr> <tr><td>キャベツ</td><td>43.75</td></tr> <tr><td>にんじん</td><td>6.25</td></tr> <tr><td>チキンハム</td><td>6.25</td></tr> <tr><td>コーン</td><td>10</td></tr> <tr><td>酢・穀物酢</td><td>2.13</td></tr> <tr><td>砂糖・上白糖</td><td>1.25</td></tr> <tr><td>塩</td><td>0.13</td></tr> <tr><td>ノンエッグマヨネーズ</td><td>10</td></tr> </table>	食材名	数量	パン(80g)	0	パン(50g)	0	パン(70g)	1	牛乳(普通牛乳)	1	じゃがいも(マークイン)	50	たまねぎ	50	大豆(稲美町産)乾	15	豚肉	18.75	にんじん	18.75	グリーンピース	2.5	サラダ油	1.25	小麦粉	7	バター	6.88	ケチャップ	8.13	トマトピューレ	6.88	ウスターソース	2.5	しょうゆ(こいくち)	1.83	塩	0.63	こしょう	0.04	スープベースチキン	15	キャベツ	43.75	にんじん	6.25	チキンハム	6.25	コーン	10	酢・穀物酢	2.13	砂糖・上白糖	1.25	塩	0.13	ノンエッグマヨネーズ	10	<table border="1"> <tr><th>食材名</th><th>数量</th></tr> <tr><td>精米(万葉の香)</td><td>100</td></tr> <tr><td>牛乳(普通牛乳)</td><td>1</td></tr> <tr><td>かつお(角切り)</td><td>50</td></tr> <tr><td>しょうゆ(こいくち)</td><td>1.88</td></tr> <tr><td>かたくり粉</td><td>8.75</td></tr> <tr><td>サラダ油</td><td>6.25</td></tr> <tr><td>ピーマン</td><td>25</td></tr> <tr><td>ちくわ</td><td>12.5</td></tr> <tr><td>しょうゆ(こいくち)</td><td>1.38</td></tr> <tr><td>砂糖・上白糖</td><td>0.75</td></tr> <tr><td>ごま(白)</td><td>1.13</td></tr> <tr><td>ごま油</td><td>0.5</td></tr> <tr><td>じゃがいも(マークイン)</td><td>37.5</td></tr> <tr><td>たまねぎ</td><td>37.5</td></tr> <tr><td>にんじん</td><td>10</td></tr> <tr><td>油あげ</td><td>6.25</td></tr> <tr><td>ねぎ(葉ねぎ)</td><td>6.25</td></tr> <tr><td>だし煮干し</td><td>3.5</td></tr> <tr><td>みそ</td><td>10.38</td></tr> </table>	食材名	数量	精米(万葉の香)	100	牛乳(普通牛乳)	1	かつお(角切り)	50	しょうゆ(こいくち)	1.88	かたくり粉	8.75	サラダ油	6.25	ピーマン	25	ちくわ	12.5	しょうゆ(こいくち)	1.38	砂糖・上白糖	0.75	ごま(白)	1.13	ごま油	0.5	じゃがいも(マークイン)	37.5	たまねぎ	37.5	にんじん	10	油あげ	6.25	ねぎ(葉ねぎ)	6.25	だし煮干し	3.5	みそ	10.38	<table border="1"> <tr><th>食材名</th><th>数量</th></tr> <tr><td>精米(万葉の香)</td><td>93.75</td></tr> <tr><td>もち麦</td><td>6.25</td></tr> <tr><td>牛乳(普通牛乳)</td><td>1</td></tr> <tr><td>じゃがいも(マークイン)</td><td>108.25</td></tr> <tr><td>たまねぎ</td><td>62.5</td></tr> <tr><td>にんじん</td><td>25</td></tr> <tr><td>ベーコン(スティック)</td><td>25</td></tr> <tr><td>さやいんげん</td><td>6.25</td></tr> <tr><td>サラダ油</td><td>1.25</td></tr> <tr><td>砂糖・上白糖</td><td>3.5</td></tr> <tr><td>しょうゆ(こいくち)</td><td>6.25</td></tr> <tr><td>キャベツ</td><td>25</td></tr> <tr><td>きゅうり</td><td>6.25</td></tr> <tr><td>コーン</td><td>6.25</td></tr> <tr><td>チキンハム</td><td>10</td></tr> <tr><td>にんじん</td><td>6.25</td></tr> <tr><td>刻み昆布</td><td>0.5</td></tr> <tr><td>花かつお</td><td>1.25</td></tr> <tr><td>サラダ油</td><td>1.88</td></tr> <tr><td>りんご酢</td><td>3.88</td></tr> <tr><td>塩</td><td>0.23</td></tr> <tr><td>こしょう</td><td>0.01</td></tr> <tr><td>砂糖・上白糖</td><</tr></table>	食材名	数量	精米(万葉の香)	93.75	もち麦	6.25	牛乳(普通牛乳)	1	じゃがいも(マークイン)	108.25	たまねぎ	62.5	にんじん	25	ベーコン(スティック)	25	さやいんげん	6.25	サラダ油	1.25	砂糖・上白糖	3.5	しょうゆ(こいくち)	6.25	キャベツ	25	きゅうり	6.25	コーン	6.25	チキンハム	10	にんじん	6.25	刻み昆布	0.5	花かつお	1.25	サラダ油	1.88	りんご酢	3.88	塩	0.23	こしょう	0.01	砂糖・上白糖																																														
食材名	数量																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
精米(万葉の香)	100																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
たい(まだら)三枚おろし	25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
酒	0.63																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
塩	0.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
だし昆布	0.38																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
しょうゆ(こいくち)	3.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
酒	2																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
みつば	2.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
牛乳(普通牛乳)	1																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
ごま(白)	62.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
油あげ	12.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
ごま(白)	2.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
サラダ油	1.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
砂糖・上白糖	1.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
しょうゆ(こいくち)	3.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
酒	1.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
そうめんぼろ	10																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
たまねぎ	18.75																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
にんじん	6.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
油あげ	6.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
かまぼこ	10																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
ねぎ(葉ねぎ)	6.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
だし用削り節	3.75																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
だし昆布	0.75																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
しょうゆ(うすくち)	3.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
食材名	数量																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
精米(万葉の香)	100																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
豚肉	62.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
つきこん	25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
たまねぎ	75																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
サラダ油	1.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
砂糖・上白糖	4.38																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
しょうゆ(こいくち)	3.13																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
酒	1.38																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
みそ	5.63																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
牛乳(普通牛乳)	1																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
たまねぎ	37.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
鶏もも皮つき	18.75																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
はるさめ	10																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
にんじん	10																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
ねぎ(葉ねぎ)	6.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
だし用削り節	3.13																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
しょうゆ(うすくち)	4.63																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
塩	0.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
ゼリー	1																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
食材名	数量																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
精米(万葉の香)	100																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
牛乳(普通牛乳)	1																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
豚肉	37.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
厚揚げ	37.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
キャベツ	37.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
たけのこ・水煮	18.75																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
にんじん	12.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
もやし(緑豆)	18.75																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
ピーマン	6.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
酒	1.38																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
みそ	4.88																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
しょうゆ(うすくち)	3.38																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
砂糖・上白糖	1.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
サラダ油	0.63																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
豆腐(木綿)	37.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
かまぼこ	12.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
えのき茸	15																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
にんじん	10																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
油あげ	5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
ねぎ(葉ねぎ)	6.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
しょうゆ(うすくち)	4.63																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
塩	0.13																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
だし昆布	0.75																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
だし用削り節	3.75																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
芽ひじき	1.88																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
芽ひじき	1.75																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
黒きくらげ(乾)	0.38																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
花かつお	1.75																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
ごま(白)	2.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
砂糖・上白糖	2.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
しょうゆ(こいくち)	2.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
みりん	1.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
食材名	数量																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
パン(80g)	0																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
パン(50g)	0																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
パン(70g)	1																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
牛乳(普通牛乳)	1																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
じゃがいも(マークイン)	50																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
たまねぎ	50																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
大豆(稲美町産)乾	15																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
豚肉	18.75																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
にんじん	18.75																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
グリーンピース	2.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
サラダ油	1.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
小麦粉	7																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
バター	6.88																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
ケチャップ	8.13																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
トマトピューレ	6.88																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
ウスターソース	2.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
しょうゆ(こいくち)	1.83																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
塩	0.63																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
こしょう	0.04																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
スープベースチキン	15																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
キャベツ	43.75																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
にんじん	6.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
チキンハム	6.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
コーン	10																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
酢・穀物酢	2.13																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
砂糖・上白糖	1.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
塩	0.13																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
ノンエッグマヨネーズ	10																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
食材名	数量																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
精米(万葉の香)	100																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
牛乳(普通牛乳)	1																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
かつお(角切り)	50																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
しょうゆ(こいくち)	1.88																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
かたくり粉	8.75																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
サラダ油	6.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
ピーマン	25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
ちくわ	12.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
しょうゆ(こいくち)	1.38																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
砂糖・上白糖	0.75																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
ごま(白)	1.13																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
ごま油	0.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
じゃがいも(マークイン)	37.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
たまねぎ	37.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
にんじん	10																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
油あげ	6.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
ねぎ(葉ねぎ)	6.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
だし煮干し	3.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
みそ	10.38																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
食材名	数量																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
精米(万葉の香)	93.75																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
もち麦	6.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
牛乳(普通牛乳)	1																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
じゃがいも(マークイン)	108.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
たまねぎ	62.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
にんじん	25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
ベーコン(スティック)	25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
さやいんげん	6.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
サラダ油	1.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
砂糖・上白糖	3.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
しょうゆ(こいくち)	6.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
キャベツ	25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
きゅうり	6.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
コーン	6.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
チキンハム	10																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
にんじん	6.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
刻み昆布	0.5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
花かつお	1.25																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
サラダ油	1.88																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
りんご酢	3.88																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
塩	0.23																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
こしょう	0.01																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
砂糖・上白糖																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																			