

[調理室手配表]

人数											合計	換算人	行事等
											5000		
献立名／食品名	内容量 g	一人分量 単位	使用量 単位	発注量 単位	業者	切り方	熱	調理方法等					
【ご飯】													
水稲穀粒(精白米)		80.00 g		5000 食			*						
【牛乳】													
★給食用牛乳		206.00 g		5000 本			*						
【ポークステーキアップルソース】													
豚モモ(脂身付き)		60.00 g		5000 枚			*	・ 釜に調味料煮立て、水溶き片栗粉					
おろしにんにく		0.20 g		1 Kg			*	・ できりみつけソース作る。					
冷凍大根おろし		15.00 g		75 Kg			*	・ 天板に肉並べ、200℃15分焼く。					
三温糖		0.40 g		2 Kg			*	・ 肉にソース20gかける。					
本みりん		1.00 g		3 本			*						
こいくちしょうゆ		1.00 g		5 Kg			*						
青しそドレッシング		2.00 g		10 本			*						
★りんごソース缶		3.00 g		5 缶			*						
三温糖		0.50 g		2 Kg			*						
本みりん		0.80 g		2 本			*						
かたくり粉		0.40 g		2 Kg			*						
【ブロッコリーサラダ】													
冷凍ブロッコリー		15.00 g		75 Kg			*	・ 野菜をゆで、冷却する。					
キャベツ		20.00 g		120 Kg		1cm幅	*	・ ドレッシングで和える。					
★きゅうり		5.00 g		25 Kg		3mm輪切り	*						
にんじん		3.00 g		15 Kg		細せん切り	*						
ホールコーン缶		5.00 g		14 缶		汁切り	*						
オニオンドレッシング		3.00 g		15 本			*						
【春雨スープ】													
鶏若鶏肉胸(皮なし)		10.00 g		50 Kg			*	・ 鶏肉を酒で炒り、水差し材料加え					
清酒		1.00 g		3 本			*	煮る。					
りょくとうもやし		20.00 g		103 Kg			*	・ 豆腐、春雨入れ調味する。					
にんじん		10.00 g		51 Kg		太せん切り	*	・ ねぎ、ほうれん草を入れる。					
★豆腐		20.00 g		100 Kg		5×6さいのめ	*						
緑豆はるさめ		3.00 g		15 Kg			*						
干し椎茸 スライス		0.50 g		2 Kg		戻す	*						
冷凍ほうれん草		10.00 g		50 Kg		解凍	*						
ねぎ		5.00 g		25 Kg		小口切り	*						
がらスープ		1.00 g		5 Kg			*						
こいくちしょうゆ		4.00 g		20 Kg			*						
食塩		0.20 g		1 Kg			*						
黒こしょう		0.02 g		100 g			*						
【県産りんごゼリー】													
★県産りんごゼリー	40.00	1.00 個		5000 個									

※「表示設定」を行ったアレルギー食品には★を表示しています

[調理室手配表]

人数											合計	換算人	行事等
											5000		
献立名／食品名		内容量 g	一人分量 単位	使用量 単位	発注量 単位	業者	切り方	熱	調理方法等				
【牛乳】													
★給食用牛乳			206.00 g		5000 本			*					
【中華めん】													
★給食用中華麺		80.00	1.00 食		5000 食			*					
【ちゃんぽんかけ汁】													
豚モモ(脂身付き)			10.00 g		50 Kg			*	・えび、いかをさっとボイルし、酒ふり				
★冷凍むきえび			10.00 g		50 Kg		ボイル	*	かける。				
★鹿の子いか			10.00 g		50 Kg		ボイル	*	・ごま油でにんにく、豚肉を炒め、水				
★うずら卵			15.00 g		75 Kg			*	差し煮る。				
にんじん			10.00 g		52 Kg		太せん切り	*	・野菜を固い順から加え、調味する。				
キャベツ			15.00 g		90 Kg		1cm幅	*	・にら散らす。				
水煮千切りたけのこ			10.00 g		50 Kg		うす短冊	*					
りょくとうもやし			15.00 g		75 Kg			*					
干し椎茸 スライス			0.50 g		2 Kg		戻す	*					
にら			5.00 g		26 Kg		2cm幅	*					
★ごま油			1.00 g		3 本			*					
ちゃんぽんスープの素			7.00 g		35 Kg			*					
おろしにんにく			0.50 g		2 Kg			*					
清酒			1.00 g		3 本			*					
食塩			0.20 g		1 Kg			*					
黒こしょう			0.02 g		100 g			*					
【ごぼうメンチカツ】													
ごぼうメンチカツ			50.00 g		5000 個			*	180℃で5分30秒間揚げる				
米白絞油			5.00 g		17 缶			*					
【中華和え】													
ロースハム			5.00 g		25 Kg			*	・ハムを180℃10分間蒸し、冷却する。				
★味付き中華クラゲ			5.00 g		25 Kg			*	・野菜をゆで冷却する。				
★きゅうり			5.00 g		26 Kg		3mm輪切り	*	・野菜、ハム、中華くらげを混ぜ、ドレッシング				
にんじん			3.00 g		16 Kg		細せん切り	*	で和える。				
りょくとうもやし			15.00 g		75 Kg			*					
キャベツ			20.00 g		120 Kg		1cm幅	*					
★棒々鶏ドレッシング			4.00 g		20 本			*					

※「表示設定」を行ったアレルギー食品には★を表示しています

[調理室手配表]

人数											合計	換算人	行事等
											5000		
献立名／食品名	内容量 g	一人分量 単位	使用量 単位	発注量 単位	業者	切り方	熱	調理方法等					
【牛乳】													
★給食用牛乳		206.00 g			5000 本			*					
【コッペパン】													
★給食用コッペパン		60.00 g			5000 個			*					
【ハチミツ&マーガリン】													
★はちみつ&マーガリン	11.00	1.00 個			5000 個			*					
【かぼちゃのミートグラタン】													
かぼちゃ(冷凍)		35.00 g			175 Kg			*	・油でにんにく、肉炒め、玉葱加え				
豚ひき肉		10.00 g			50 Kg			*	煮る。マッシュルーム加え、調味する				
むきたまねぎ		20.00 g			100 Kg	みじん切り		*	・かぼちゃを加え煮る。				
★クラッシュ大豆		5.00 g			25 Kg			*	・舟形カップに80g入れ、チーズを10g				
マッシュルーム水煮		5.00 g			25 Kg			*	のせて180℃13分間焼く。				
赤ワイン		0.50 g			2 本			*					
おろしにんにく		0.30 g			2 Kg			*					
ケチャップ		10.00 g			50 Kg			*					
★減塩中濃ソース		1.00 g			3 本			*					
米油		0.50 g			2 本			*					
三温糖		0.50 g			2 Kg			*					
★溶けるチーズ		10.00 g			50 Kg			*					
【フレンチサラダ】													
ロースハム		5.00 g			25 Kg			*	・ハムは180℃10分間蒸し、冷却する。				
キャベツ		30.00 g			175 Kg	1cm幅		*	・野菜茹でて冷却する。				
★きゅうり		10.00 g			51 Kg	3mm輪切り		*	・野菜とハムをドレッシングで和える。				
ホールコーン缶		5.00 g			14 缶			*					
にんじん		5.00 g			26 Kg	細せん切り		*					
フレンチドレッシング		4.00 g			20 本			*					
食塩		0.10 g			500 g			*					
【じゃがいものコンソメ煮】													
ベーコン		5.00 g			25 Kg			*	・ベーコンをワインで炒める。				
白ワイン		1.00 g			3 本			*	・水差し煮て、固い順から野菜を煮る。				
冷凍ダイスポテト		30.00 g			150 Kg			*	・調味し、グリーンピースをちらす。				
玉葱		40.00 g			210 Kg	うす短冊		*					
にんじん		12.00 g			60 Kg	3mmいちよう		*					
マッシュルーム水煮		8.00 g			40 Kg			*					
はくさい		10.00 g			55 Kg	1cm幅		*					
冷凍グリーンピース		5.00 g			25 Kg			*					
粉末コンソメ		1.00 g			5 Kg			*					
食塩		0.20 g			1 Kg			*					
白こしょう		0.02 g			100 g			*					
こいくちしょうゆ		1.00 g			5 Kg			*					

※「表示設定」を行ったアレルギー食品には★を表示しています