

食材使用量

【1日目】

献立内容	献立名					
	献立名		献立名		献立名	
炊き込みずし						
千草焼き						
フルーツかん						
食 材	食品名	使用量(g/人)	食品名	使用量(g/人)	食品名	使用量(g/人)
	米	75	鶏ミンチ(もも)	8	粉寒天	0.4
	高野豆腐(細切)	1	にんじん	6	水	32
	ちりめんじゃこ	3	(干)ひじき	0.3	砂糖(上白糖)	5
	にんじん	8	砂糖(上白糖)	0.5	りんごジュース	20
	(缶)たけのこ	7	(淡)しょうゆ	2	(缶)パイナップル(ピース)	15
	(干)しいたけ	0.6	みりん	0.5	(缶)みかん	15
	砂糖(上白糖)	6	卵(g)	46	(缶)りんご(ピース)	15
	塩	1				
	酒	5				
	酢	12				
	出し昆布	1				
	きざみのり	0.3				

【2日目】

献立内容	献立名					
	献立名		献立名		献立名	
ごはん						
チキンカレー						
レモンサラダ						
食 材	食品名	使用量(g/人)	食品名	使用量(g/人)	食品名	使用量(g/人)
	米	85	カレー粉	0.5	にんじん	6
			スキムミルク	0.5	きゅうり	11
	鶏肉もも(2cm)	30	水	40	キャベツ	35
	塩	0.1	塩	0.5	(冷)スイートコーン	15
	こしょう	0.01	こしょう	0.03	油(ペットボトル)	1
	白ワイン	1	チャツネ	2	酢	0.5
	じゃがいも	44	ウスターソース	1.5	レモン果汁	1
	にんじん	22	(濃)しょうゆ	2.5	砂糖(上白糖)	0.2
	たまねぎ	48	ベーリーブ	0.01	塩	0.2
	土しょうが	0.1	(冷)チキンブイヨン	3	こしょう	0.02
	にんにく	0.1	水	30	(淡)しょうゆ	0.5
	油(ペットボトル)	0.1				
	バター	7				
小麦粉	7					