９月分詳細予定献立表

・年間については年間保存版の原料配合表をご覧ください。
・〇印については月別の原料配合表をご覧ください。
・●▲マークは、●が揚物、▲が焼物です。●印が付いた揚物に使用する油（菜種白絞油）の使用回数を料理名の横に表示します。
・食材の重量は、小学校中学年の量を示しています。配缶量は低学年は記載の0.85倍、高学年は1.15倍、中学生は1.3倍になります。
・個数ものは、小学生、中学生の順に重量をそれぞれ示しています。
・ごはんは、小学校低学年、小学校中学年、小学校高学年、中学生の順に重量をそれぞれ示しています。

1日(火)

ポークカレー

	豚肉	40g	
	菜種サラダ油	0.2g	
	にんにく	0.3g	
	しょうが	0.2g	
	カレー粉	0.5g	年間
	クミン	0.1g	
	コリアンダー	0.1g	
	ターメリック	0.4g	
	こしょう	0.02g	年間
	赤ぶどう酒	1.8g	年間
	じゃがいも	40g	
	たまねぎ	30g	
	ソテーたまねぎ	20g	年間
	にんじん	10g	
	りんごピューレ	6g	
	砂糖	0.3g	
	並塩	0.7g	
	ウスターソースA	2.5g	年間
	濃口しょうゆ	1.5g	年間
	トマトケチャップ	3g	年間
	トマトピューレ	1g	
	濃厚ソース	3g	年間
	鶏がらスープ	15g	年間
	豚骨スープ	8g	年間
	馬鈴薯精製澱粉	1.5g	
	水	60g	

かみかみじゃこ▲

	にぼし	3g	

マスタード風味サラダ

	キャベツ	20g	
	にんじん	5g	
	食塩	0g	
	にんにく	0.05g	
	オリーブ油	0.4g	
	淡口しょうゆ	0.6g	年間
	洋からし	0.06g	年間
	並塩	0.06g	
	砂糖	1.3g	
	食酢	1.1g	年間
	荒びきこしょう	0.005g	
	水	1.5g	

ごはん

	ごはん(65,75,85,100)	1杯	
	水	94g	

牛乳(200cc)

	牛乳	1本	

卵 乳 小麦

2日(水)

オニオンスープ

	ベーコン	6g	年間
	たまねぎ	20g	
	ソテーたまねぎ	15g	年間
	キャベツ	10g	
	にんじん	5g	
	チンゲンサイ	10g	
	並塩	0.2g	
	淡口しょうゆ	3g	年間
	白ぶどう酒	1.8g	年間
	こしょう	0.03g	年間
	鶏がらスープ	10g	年間
	水	140g	

ガーリックチキン▲

	鶏肉	45g	
	しょうが	0.1g	
	にんにく	0.3g	
	濃口しょうゆ	2.6g	年間
	砂糖	1.1g	
	日本酒	0.9g	年間

コーンポテト

	じゃがいも	30g	
	並塩	0.15g	
	ホールコーン	5g	
	菜種サラダ油	1g	
	並塩	0.1g	
	こしょう	0.01g	年間

ヨーグルト

	ヨーグルトC 70g	1個	年間

ランチパン

	ランチパン	1個	年間
	水	19g	

牛乳(200cc)

	牛乳	1本	

卵 乳 小麦

3日(木)

鶏肉とがんものごま風味

	鶏肉	25g	
	菜種サラダ油	0.2g	
	しょうが	0.1g	
	濃口しょうゆ	2g	年間
	砂糖	2g	
	日本酒	1g	年間
	がんもどき	25g	年間
	たまねぎ	30g	
	にんじん	20g	
	干ししいたけ	0.3g	
	こんにゃく	25g	年間
	白ごま	0.6g	
	すりごま	0.6g	
	濃口しょうゆ	4.5g	年間
	砂糖	1.3g	
	みりん	1g	年間
	水	60g	

ゴーヤチップス●1回目

	ゴーヤ	20g	
	並塩	0.06g	
	砂糖	0.06g	
	こしょう	0.02g	年間
	馬鈴薯精製澱粉	2g	
	菜種白絞油	0.3g	
	菜種白絞油(M)	0g	

切り干し大根の炒め物

	焼き豚	5g	年間
	ごま油	0.1g	
	切り干し大根	2g	
	水	6g	
	にんじん	5g	
	ホールコーン	5g	
	濃口しょうゆ	2g	年間
	砂糖	1.2g	
	食酢	0.9g	年間
	ごま油	0.1g	

ごはん

	ごはん(60,70,80,95)	1杯	
	水	87.5g	

牛乳(200cc)

	牛乳	1本	

卵 乳 小麦

4日(金)

豚肉と豆腐の炒めもの

	豚肉	25g	
	菜種サラダ油	0.2g	
	しょうが	0.3g	
	豆腐(冷)	50g	年間
	キャベツ	20g	
	チンゲンサイ	20g	
	たまねぎ	20g	
	にんじん	15g	
	ぶなしめじ	5g	
	並塩	0.2g	
	こしょう	0.03g	年間
	日本酒	1g	年間
	オイスターソース	1g	年間
	砂糖	1g	
	淡口しょうゆ	3g	年間
	豚骨スープ	5g	年間
	馬鈴薯精製澱粉	1.2g	
	水	45g	

鶏つくねの甘辛あんかけ●2回目

	とりつくね	40g	年間
	菜種白絞油	0.4g	
	菜種白絞油(M)	0g	
	砂糖	2g	
	濃口しょうゆ	3.2g	年間
	みりん	2g	年間
	馬鈴薯精製澱粉	0.3g	
	水	8g	

ひじきとかつおのふりかけ

	粉かつお	2.25g	
	芽ひじき	0.75g	
	白ごま	1g	
	ごま油	0.15g	
	砂糖	1.65g	
	濃口しょうゆ	1.65g	年間
	日本酒	0.3g	年間

ごはん

	ごはん(60,70,80,95)	1杯	
	水	87.5g	

牛乳(200cc)

	牛乳	1本	

卵 乳 小麦

7日(月)

豚肉の甘辛煮

	豚肉	30g	
	菜種サラダ油	0.2g	
	濃口しょうゆ	2g	年間
	砂糖	2g	
	日本酒	1g	年間
	厚揚げ(冷)	35g	年間
	たまねぎ	30g	
	キャベツ	25g	
	にんじん	15g	
	はるさめ	5g	年間
	濃口しょうゆ	5.3g	年間
	砂糖	1.5g	
	水	55g	

さわらのピリからダレ▲

	さわら40g・50g	1切	
	にんにく	0.06g	
	トウバンジャン	0.05g	年間
	濃口しょうゆ	2.7g	年間
	砂糖	2.2g	
	食酢	2.2g	年間
	日本酒	1.1g	年間
	ごま油	0.1g	
	水	6g	

小松菜のごまあえ

	こまつな	20g	
	にんじん	5g	
	食塩	0g	
	砂糖	1.3g	
	淡口しょうゆ	1.5g	年間
	みりん	0.7g	年間
	白ごま	0.6g	
	すりごま	0.3g	
	水	2.5g	

ごはん

	ごはん(60,70,80,95)	1杯	
	水	87.5g	

牛乳(200cc)

	牛乳	1本	

卵 乳 小麦

９月分詳細予定献立表

・年間については年間保存版の原料配合表をご覧ください。
・〇印については月別の原料配合表をご覧ください。
・●▲マークは、●が揚物、▲が焼物です。●印が付いた揚物に使用する油（菜種白絞油）の使用回数を料理名の横に表示します。
・食材の重量は、小学校中学年の量を示しています。配缶量は低学年は記載の0.85倍、高学年は1.15倍、中学生は1.3倍になります。
・個数ものは、小学生、中学生の順に重量をそれぞれ示しています。
・ごはんは、小学校低学年、小学校中学年、小学校高学年、中学生の順に重量をそれぞれ示しています。

8日(火)

トンじゃが				
		豚肉	35g	
		菜種サラダ油	0.2g	
		じゃがいも	50g	
		たまねぎ	30g	
		にんじん	10g	
		糸こんにゃく	30g	年間
		濃口しょうゆ	6.7g	年間
		砂糖	2.8g	
		みりん	1g	年間
		日本酒	1g	年間
		水	50g	
鶏肉の照り焼き▲				
		鶏肉	45g	
		しょうが	0.3g	
		濃口しょうゆ	1.5g	年間
		日本酒	1g	年間
		濃口しょうゆ	2.8g	年間
		砂糖	1.4g	
		みりん	1.4g	年間
		馬鈴薯精製澱粉	0.3g	
		水	6g	
きゅうりの甘酢				
		きゅうり	25g	
		食塩	0g	
		食酢	1.2g	年間
		砂糖	1.6g	
		淡口しょうゆ	1g	年間
		並塩	0.2g	
ごはん				
		ごはん(60,70,80,95)	1杯	
		水	87.5g	
牛乳(200cc)				
	乳	牛乳	1本	

卵 乳 小麦

9日(水)

トマト煮				
		鶏肉	15g	
		菜種サラダ油	0.2g	
		セロリー	2g	
		にんにく	0.05g	
		じゃがいも	50g	
		たまねぎ	30g	
		キャベツ	10g	
		にんじん	10g	
		トマト水煮	10g	年間
		ぶなしめじ	5g	
		並塩	0.2g	
		こしょう	0.04g	年間
		白ぶどう酒	1.8g	年間
		淡口しょうゆ	2g	年間
		砂糖	0.2g	
		鶏がらスープ	10g	年間
		水	55g	
ポテトコロッケ●3回目				
	油	ポテトコロッケ50g・60g	1個	年間
		菜種白絞油	5g	
		菜種白絞油(M)	0g	
フルーツミックス				
		みかんシロップ漬け	20g	〇
		りんごシロップ漬け	20g	〇
		ｼﾛｯﾌﾟ	16g	
黒糖パン				
	油	黒糖パン	1個	年間
		水	13g	
牛乳(200cc)				
	乳	牛乳	1本	

卵 乳 小麦

10日(木)

トック入り韓国風スープ				
		豚肉	15g	
		菜種サラダ油	0.2g	
		しょうが	0.2g	
		トック	15g	年間
		干しわかめ	0.3g	
		干ししいたけ	0.3g	
		たまねぎ	10g	
		にんじん	10g	
		並塩	0.3g	
		こしょう	0.03g	年間
		淡口しょうゆ	3.5g	年間
		日本酒	1g	年間
		ごま油	0.1g	
		鶏がらスープ	8g	年間
		水	130g	
ヤンニョムチキン●4回目(廃油)				
		鶏肉	40g	
		しょうが	0.12g	
		にんにく	0.08g	
		濃口しょうゆ	2g	年間
		砂糖	0.64g	
		日本酒	1.2g	年間
		馬鈴薯精製澱粉	8g	
		菜種白絞油	2g	
		菜種白絞油(M)	0g	
		トマトケチャップ	3.2g	年間
		濃口しょうゆ	1.6g	年間
		砂糖	0.8g	
		みりん	0.16g	年間
		コチジャン	0.32g	年間
		ごま油	0.24g	
		馬鈴薯精製澱粉	0.16g	
		水	3.2g	
カミカミチュモッパ風ふりかけ				
		きざみたくあん	10g	〇
		まぐろ油漬け	10g	年間
		青ねぎ	3g	
		白ごま	0.6g	
		濃口しょうゆ	0.4g	年間
		ごま油	0.2g	
韓国風味付のり				
		韓国風味付のり 2g	1袋	〇
ごはん				
		ごはん(60,70,80,95)	1杯	
		水	87.5g	
牛乳(200cc)				
	乳	牛乳	1本	

卵 乳 小麦

11日(金)

ポークハヤシライス				
		豚肉	40g	
		菜種サラダ油	0.2g	
		にんにく	0.1g	
		たまねぎ	60g	
		にんじん	15g	
		ぶなしめじ	10g	
	油	ブラウンルウ	12g	年間
	油	デミグラスソース	3g	年間
		トマトペースト	5g	
		並塩	0.45g	
		こしょう	0.04g	年間
		赤ぶどう酒	1.8g	年間
		トマトピューレ	2g	
		ウスターソースA	3g	年間
		鶏がらスープ	7g	年間
		豚骨スープ	4g	年間
		水	60g	
ウインナー▲				
		ウインナー 15g	1本	年間
コールスローサラダ				
		キャベツ	20g	
		にんじん	5g	
		ホールコーン	5g	
		食塩	0g	
		濃口しょうゆ	1g	年間
		食酢	0.7g	年間
		砂糖	0.8g	
		みりん	0.2g	年間
		オリーブ油	0.3g	
		にんにく	0.02g	
		こしょう	0.01g	年間
		バジル	0.02g	
ごはん				
		ごはん(65,75,85,100)	1杯	
		水	94g	
牛乳(200cc)				
	乳	牛乳	1本	

卵 乳 小麦

14日(月)

打ち豆汁				
		うちまめ	7g	
		京揚げ	7g	年間
		じゃがいも	20g	
		だいこん	30g	
		にんじん	5g	
		青ねぎ	3g	
		赤みそ	8g	年間
		白みそ	2g	年間
		削りぶし	2.5g	年間
		出し昆布	0.5g	
		水	90g	
さばの甘酢あんかけ▲				
		さば40g・50g	1切	
		食酢	2.2g	年間
		砂糖	2.2g	
		濃口しょうゆ	2.2g	年間
		ごま油	0.05g	
		馬鈴薯精製澱粉	0.3g	
		水	6g	
人参しりしり				
		まぐろ油漬け	5g	年間
		にんじん	20g	
		豚骨スープ	2g	年間
		濃口しょうゆ	1g	年間
		日本酒	0.2g	年間
		並塩	0.01g	
		こしょう	0.01g	年間
		ごま油	0.1g	
ごはん				
		ごはん(60,70,80,95)	1杯	
		水	87.5g	
牛乳(200cc)				
	乳	牛乳	1本	

卵 乳 小麦

９月分詳細予定献立表

・年間については年間保存版の原料配合表をご覧ください。
・〇印については月別の原料配合表をご覧ください。
・●▲マークは、●が揚物、▲が焼物です。●印が付いた揚物に使用する油（菜種白絞油）の使用回数を料理名の横に表示します。
・食材の重量は、小学校中学年の量を示しています。配缶量は低学年は記載の0.85倍、高学年は1.15倍、中学生は1.3倍になります。
・個数ものは、小学生、中学生の順に重量をそれぞれ示しています。
・ごはんは、小学校低学年、小学校中学年、小学校高学年、中学生の順に重量をそれぞれ示しています。

15日(火)

豚肉となすのピリから炒め

		豚肉	20g	
		ごま油	0.2g	
		しょうが	0.2g	
		にんにく	0.2g	
		濃口しょうゆ	2g	年間
		砂糖	0.5g	
		日本酒	0.5g	年間
		みりん	0.5g	年間
		厚揚げ(冷)	40g	年間
		たまねぎ	30g	
		なす	20g	
		にんじん	10g	
		キャベツ	10g	
		干ししいたけ	0.3g	
		ごま油	0.2g	
		粉唐辛子	0.02g	
		コチジャン	0.2g	年間
		豚骨スープ	5g	年間
		濃口しょうゆ	4g	年間
		砂糖	1.5g	
		水	50g	

揚げシューマイ●1回目

		シューマイ 1個18g	2個・3個	年間
		菜種白絞油	1g	
		菜種白絞油(M)	0g	

ひじきのサラダ

		にんじん	5g	
		ホールコーン	5g	
		芽ひじき	1g	
		濃口しょうゆ	0.6g	年間
		砂糖	0.5g	
		みりん	0.3g	年間
		日本酒	0.4g	年間
		砂糖	0.8g	
		濃口しょうゆ	1g	年間
		みりん	0.2g	年間
		食酢	0.7g	年間
		菜種サラダ油	0.3g	
		水	0.3g	

ごはん

		ごはん(60,70,80,95)	1杯	
		水	87.5g	

牛乳(200cc)

		牛乳	1本	

卵 乳 小麦

16日(水)

ポトフ

		鶏肉	30g	
		菜種サラダ油	0.2g	
		セロリー	2g	
		にんにく	0.02g	
		じゃがいも	50g	
		たまねぎ	30g	
		にんじん	20g	
		並塩	0.1g	
		こしょう	0.01g	年間
		白ぶどう酒	1.8g	年間
		淡口しょうゆ	5g	年間
		鶏がらスープ	5g	年間
		水	60g	

肉だんごのケチャップソース●2回目

		肉だんご	40g	年間
		菜種白絞油	0.4g	
		菜種白絞油(M)	0g	
		トマトケチャップ	4g	年間
		トマトピューレ	1.2g	
		砂糖	1g	
		濃口しょうゆ	0.3g	年間
		ウスターソースA	0.4g	年間
		赤ぶどう酒	0.5g	年間
		馬鈴薯精製澱粉	0.1g	
		水	5g	

ドレッシングサラダ

		チンゲンサイ	25g	
		にんじん	5g	
		食塩	0g	
		砂糖	0.8g	
		濃口しょうゆ	1g	年間
		みりん	0.2g	年間
		食酢	0.7g	年間
		菜種サラダ油	0.3g	

チョコクリーム

		チョコクリーム 10g	1個	○

ランチパン

		ランチパン	1個	年間
		水	19g	

牛乳(200cc)

		牛乳	1本	

卵 乳 小麦

17日(木)

肉豆腐

		豚肉	30g	
		菜種サラダ油	0.2g	
		しょうが	0.3g	
		にんにく	0.05g	
		濃口しょうゆ	2g	年間
		砂糖	1g	
		日本酒	1g	年間
		豆腐(冷)	40g	年間
		たまねぎ	30g	
		にんじん	15g	
		ぶなしめじ	5g	
		糸こんにゃく	30g	年間
		濃口しょうゆ	4.5g	年間
		砂糖	1.2g	
		みりん	0.6g	年間
		水	50g	

鶏肉の香味焼き▲

		鶏肉	40g	
		しょうが	0.3g	
		濃口しょうゆ	1g	年間
		日本酒	1g	年間
		濃口しょうゆ	3g	年間
		砂糖	2g	
		食酢	1g	年間
		ゆず汁	0.5g	
		馬鈴薯精製澱粉	0.2g	
		水	5g	

キャベツとにんじんのソテー

		キャベツ	20g	
		にんじん	10g	
		菜種サラダ油	0.2g	
		濃口しょうゆ	0.3g	年間
		並塩	0.08g	
		こしょう	0.01g	年間

ごはん

		ごはん(60,70,80,95)	1杯	
		水	87.5g	

牛乳(200cc)

		牛乳	1本	

卵 乳 小麦

18日(金)

とうがんのスープ煮

		豚肉	15g	
		菜種サラダ油	0.2g	
		セロリー	2g	
		にんにく	0.02g	
		じゃがいも	40g	
		たまねぎ	30g	
		とうがん	20g	
		にんじん	15g	
		並塩	0.1g	
		こしょう	0.01g	年間
		白ぶどう酒	1.8g	年間
		淡口しょうゆ	4g	年間
		鶏がらスープ	5g	年間
		水	60g	

モチコチキン●3回目(廃油)

		鶏肉	45g	
		しょうが	0.2g	
		濃口しょうゆ	2.3g	年間
		砂糖	0.9g	
		日本酒	0.8g	年間
		上新粉	4g	
		馬鈴薯精製澱粉	4g	
		菜種白絞油	1.8g	
		菜種白絞油(M)	0g	

枝豆のガーリックソテー

		えだまめ	13g	
		にんにく	0.03g	
		ごま油	0.1g	
		濃口しょうゆ	0.3g	年間
		砂糖	0.1g	
		並塩	0.1g	
		こしょう	0.01g	年間
		一味唐辛子	0.003g	

ごはん

		ごはん(60,70,80,95)	1杯	
		水	87.5g	

牛乳(200cc)

		牛乳	1本	

卵 乳 小麦

24日(木)

豚肉とじゃがいもの煮物

		豚肉	25g	
		京揚げ	10g	年間
		じゃがいも	50g	
		たまねぎ	15g	
		にんじん	15g	
		干ししいたけ	0.3g	
		こんにゃく	20g	年間
		砂糖	3g	
		みりん	1g	年間
		濃口しょうゆ	5g	年間
		削りぶし	1.5g	年間
		水	65g	

春巻き●1回目

		春巻き35g・50g	1個	年間
		菜種白絞油	2.5g	
		菜種白絞油(M)	0g	

切り干し大根の甘酢炒め

		切り干し大根	2g	
		水	6g	
		にんじん	5g	
		ホールコーン	5g	
		菜種サラダ油	0.2g	
		濃口しょうゆ	2g	年間
		砂糖	1.2g	
		食酢	0.9g	年間

ごはん

		ごはん(60,70,80,95)	1杯	
		水	87.5g	

牛乳(200cc)

		牛乳	1本	

卵 乳 小麦

９月分詳細予定献立表

・年間については年間保存版の原料配合表をご覧ください。
・〇印については月別の原料配合表をご覧ください。
・●▲マークは、●が揚物、▲が焼物です。●印が付いた揚物に使用する油（菜種白絞油）の使用回数を料理名の横に表示します。
・食材の重量は、小学校中学年の量を示しています。配缶量は低学年は記載の0.85倍、高学年は1.15倍、中学生は1.3倍になります。
・個数ものは、小学生、中学生の順に重量をそれぞれ示しています。
・ごはんは、小学校低学年、小学校中学年、小学校高学年、中学生の順に重量をそれぞれ示しています。

25日(金)

月見汁

鶏肉	15g	
豆腐(冷)	20g	年間
ちらしかまぼこ(月見)	7g	〇
さといも	25g	
にんじん	10g	
並塩	0.3g	
淡口しょうゆ	3.5g	年間
みりん	0.3g	年間
日本酒	0.5g	年間
削りぶし	2g	年間
出し昆布	0.5g	
水	105g	

てりやきハンバーグ▲

ハンバーグ50g・60g	1個	年間
しょうが	0.2g	
にんにく	0.05g	
菜種サラダ油	0.1g	
砂糖	1.4g	
濃口しょうゆ	2.8g	年間
みりん	1.4g	年間
馬鈴薯精製澱粉	0.3g	
水	6g	

キャベツの即席漬け

キャベツ	20g	
にんじん	5g	
食塩	0g	
白ごま	1g	
粉かつお	0.2g	
淡口しょうゆ	1.2g	年間
みりん	1g	年間
水	5g	

ごはん

ごはん(60,70,80,95)	1杯	
水	87.5g	

牛乳(200cc)

牛乳	1本	

卵 乳 小麦

28日(月)

磯煮

鶏肉	20g	
京揚げ	7g	年間
芽ひじき	1.5g	
じゃがいも	40g	
にんじん	15g	
たまねぎ	10g	
ぶなしめじ	5g	
こんにゃく	15g	年間
砂糖	3.2g	
濃口しょうゆ	7.5g	年間
みりん	1g	年間
日本酒	0.5g	年間
削りぶし	1g	年間
水	60g	

ミンチカツ●2回目

ミンチカツ50g・60g	1個	年間
菜種白絞油	2.5g	
菜種白絞油(M)	0g	

小松菜とコーンのサラダ

こまつな	20g	
ホールコーン	5g	
食塩	0g	
砂糖	0.8g	
濃口しょうゆ	1g	年間
みりん	0.2g	年間
食酢	0.7g	年間
菜種サラダ油	0.3g	

ごはん

ごはん(60,70,80,95)	1杯	
水	87.5g	

牛乳(200cc)

牛乳	1本	

卵 乳 小麦

29日(火)

高野豆腐と野菜の煮物

鶏肉	20g	
しょうが	0.2g	
高野豆腐A	5g	年間
たまねぎ	25g	
キャベツ	20g	
にんじん	20g	
干ししいたけ	0.3g	
砂糖	1.7g	
淡口しょうゆ	4g	年間
みりん	0.7g	年間
日本酒	0.8g	年間
削りぶし	1g	年間
水	80g	

あじの生姜醤油ダレ●3回目

あじ40g・50g	1切	
馬鈴薯精製澱粉	8g	
菜種白絞油	2g	
菜種白絞油(M)	0g	
しょうが	0.6g	
砂糖	0.18g	
濃口しょうゆ	3.6g	年間
日本酒	0.36g	年間
みりん	1g	年間
水	8g	

ピーマンと昆布の炒め物

ピーマン	10g	
糸切り昆布	0.5g	
白ごま	0.6g	
ごま油	0.1g	
濃口しょうゆ	0.6g	年間
みりん	1.2g	年間
砂糖	0.4g	

ごはん

ごはん(60,70,80,95)	1杯	
水	87.5g	

牛乳(200cc)

牛乳	1本	

卵 乳 小麦

30日(水)

かぼちゃのポタージュ

ベーコン	5g	年間
たまねぎ	30g	
かぼちゃピューレ	30g	
にんじん	15g	
並塩	0.6g	
こしょう	0.04g	年間
白ぶどう酒	1.8g	年間
砂糖	0.2g	
淡口しょうゆ	0.3g	年間
牛乳	20g	
ナチュラルチーズ	2g	〇
生クリーム	1g	
脱脂粉乳	2g	
鶏がらスープ	7g	年間
豚骨スープ	4g	年間
馬鈴薯精製澱粉	1g	
水	70g	

豚肉のバーベキューソース●4回目(廃油)

豚肉	40g	
馬鈴薯精製澱粉	10g	
菜種白絞油	2g	
菜種白絞油(M)	0g	
しょうが	0.1g	
にんにく	0.03g	
菜種サラダ油	0.07g	
りんごピューレ	1.4g	
砂糖	1.4g	
濃口しょうゆ	2.1g	年間
日本酒	0.7g	年間
馬鈴薯精製澱粉	0.18g	
水	5g	

キャベツのバジル風味サラダ

キャベツ	20g	
にんじん	5g	
ホールコーン	5g	
食塩	0g	
にんにく	0.02g	
オリーブ油	0.3g	
濃口しょうゆ	1.1g	年間
食酢	0.8g	年間
砂糖	0.9g	
みりん	0.2g	年間
こしょう	0.01g	年間
バジル	0.02g	

ランチパン

ランチパン	1個	年間
水	19g	

牛乳(200cc)

牛乳	1本	

卵 乳 小麦