

二次加工食調理指示書

※押しつぶし食はそしゃく食と異なる調理法について記載。

献立	材 料	使用量 (1人分)	そしゃく食 L4	押しつぶし食 L3	重量
肉団子のスープ	鶏肉(モモひき肉)	30	下処理 青ねぎ…小口切り しょうが…しぼり汁使用 豆腐…1cm角切り 人参…1人1つつつ型抜き人参にし、ゆでる(トッピング) 残りは2cm長させん切り 玉ねぎ…2cm長させん切り 干しいたけ…もどして、1cm長さに切る(もどし汁使用) みずな…2cm幅に切る(葉と茎を分ける) 昆布・さば節…だしをとる 作り方 ①鶏肉、青ねぎ、しょうが汁、酒、塩、しょうゆ、でん粉を入れ混ぜ合わせる。 ②だし汁(しいたけのもどし汁を含む)に、①を一口大につみ入れ、ゆであがったら1cm角に切る。 ③肉団子をゆでだし汁に人参、玉ねぎ、しいたけ、みずな(茎)を入れる。 ③ひと煮立ちしたら、②を入れアクと脂をとる。 ④材料が煮えたら、豆腐を入れて塩、しょうゆで調味する。 ⑤みずな(葉)を入れて、ひと煮立ちさせ、仕上げる。	下処理 豆腐…5mm角切り 人参…1人1つつつ型抜き人参にし、ゆでる(トッピング) 残りはみじん切り 玉ねぎ…みじん切り 干しいたけ…もどして、みじん切り(もどし汁使用) みずな…みじん切り(葉と茎を分ける) 作り方 ②だし汁に①を一口大につみ入れ、ゆであがったら5mm角に切る。	180
	青ねぎ(中)	1.5			
	しょうが	0.2			
	清酒	0.75			
	塩	0.05			
	濃口しょうゆ	0.75			
	でん粉	0.75			
	豆腐(20%しめ)	15			
	人参	10			
	玉ねぎ	20			
	干しいたけ(カット)	1			
	みずな	7			
	昆布(出し用)	1			
	さば節(出し用、うす削り)	4			
	塩	0.35			
	清酒	1			
	濃口しょうゆ	1			
	淡口しょうゆ	1			
	水	155			
スパニッシュオムレツ	ベーコン(カット)	5	下処理 じゃがいも…2cm長させん切り 玉ねぎ…みじん切り ピーマン…みじん切り 作り方 ①鍋に油を熱し、ベーコン、玉ねぎ、じゃがいも、ピーマンを炒め、取り出して粗熱を取る。 ②調味料、卵、牛乳を混ぜ合わせ、卵液を作る。 ③ホテルパンにクッキングシートをしき、混ぜ合わせた材料を入れ、②の卵液を流し入れてスチコンで焼く。 ④ホテルパンから出し、1.5cm角に切る。	作り方 ④ホテルパンから出し、5mm角に切る。	70
	じゃがいも(M以上)	15			
	ピーマン	3			
	玉ねぎ	10			
	サラダ油(なたね100%)[炒]	0.1			
	殺菌液卵	40			
	牛乳(調理用)	5			
	コンソメの素	0.3			
	塩	0.2			
	洋こしょう	0.01			
ミネストローネ	鶏肉(モモ2cm角切り)	20	下処理 マカロニ(シェル)…塩ゆでし、1/2に切る じゃがいも…1cm角切り 人参…1cm角切りし、下ゆでする 玉ねぎ…1cm角切り キャベツ…0.5×2cm短冊切り セロリー…1/4割し、3mm幅スライス パセリ…みじん切りし、水にさらす 作り方 ①鍋に油を熱し、鶏肉を入れ更に十分炒め、にんにく、少量の塩、洋こしょう、ベイリーフで下味をつける。 ②玉ねぎ、セロリーを入れて炒め、人参、じゃがいも、キャベツを入れて炒める。 ③湯をはり、アクと脂をとりながら煮る。 ④煮えたら、コンソメの素、トマト水煮、トマトピューレーを入れて更に煮る。 ⑤材料が煮えたらマカロニを入れ、残りの塩で味を調べ、パセリを散らしてひと煮立ちさせ、仕上げる。	下処理 マカロニ(シェル)…小さく砕いて、塩ゆでする じゃがいも…5mm角切り 人参…5mm角切り 玉ねぎ…みじん切り キャベツ…みじん切り セロリー…みじん切り ◇鶏肉…炒めて、みじん切り(ミキサー)	165
	マカロニ(シェル)	5			
	塩(ゆで)	水の量の0.3%			
	じゃがいも(M以上)	35			
	人参	15			
	玉ねぎ	40			
	キャベツ	20			
	セロリー	3			
	トマト(水煮)〈缶〉	10			
	パセリ	0.3			
	サラダ油(なたね100%)[炒]	0.3			
	塩	0.4			
	洋こしょう	0.05			
	にんにく(ペースト)	0.1			
	ベイリーフ	0.01			
	コンソメの素	1			
	トマトピューレー	6			
じゃこふりかけ	しらす干し	5	下処理 しらす干し…加圧して、1cm長さに切る(ゆで汁使用) 作り方 ①しらす干しを少量の水(ゆで汁を含む)、調味料を入れて煮る。 ②あおさ粉を加えてさらに混ぜ、仕上げる。 ※配食量は、出来上がり量に応じて増量する。	下処理 しらす干し…加圧して、みじん切り(ゆで汁使用)	6 小中高差をつけない
	あおさ粉	0.4			
	三温糖	0.48			
	本みりん	0.32			
	清酒	0.48			
	濃口しょうゆ	0.2			
	水	1.5			
さばのみそ煮	(特)[冷]さば(切身)40g	40.00	下処理 さば…ひれ部分を落とし、1.5cm角切り しょうが…しぼり汁使用 作り方 ①鍋に調味料、しょうが汁、規定量の湯を煮立て、たれを作り、取り出しておく。 ②ホテルパンにさばを並べ、①のたれをかけ、スチコンで煮込む。(たれも配缶する)	下処理 さば…ひれ部分がある場合は落とす 作り方 ③皮の固い部分、大きな骨がある場合は取り除き、みじん切りにする(ミキサー)。 ④①のたれをかけてまとめる。	1コ
	しょうが	0.60			
	清酒[タレ]	0.90			
	本みりん[タレ]	1.13			
	三温糖[タレ]	2.70			
	米みそ[タレ]	5.50			
	水	10.00			

※嚥下食Ⅱ、嚥下食Ⅰは、フードプロセッサー等を使用する。

※必要に応じて増粘剤を使用することがある。

二次加工食・複合食の食材について

二次加工食・複合食の調理指示書については、毎月作成していますが、以下の食材の取り分けの際には、配慮をお願いします。

たけのこ	やわらかい穂先の部分を使用する
キャベツ	固い芯の部分は除く
人参(いちょう切り)	細い部分を使用する 大きい場合は、半径1cmのいちょう切りにする
[冷]さば	骨の少ない尻尾の方を使う

二次加工食・複合食 調理指示書(主食)

軟飯	材料	使用量	二次加工食	提供量		複合食
	無洗米(匕/匕刈)	1人分の米重量は、基本食と同じ	下処理 無洗米(匕/匕刈)・・・さっと洗う	主食需要表の米重量	配食重量	※複合食の軟飯は、二次加工室でまとめて作って可とします。
	水	米の重量の3倍				
			作り方 ①米の3倍の水量で炊く。	50	130	
				55	145	
			※麦は入れない。 ※米重量の2.6倍量を配食する。	60	155	
				70	180	
				80	210	
				90	235	

おかゆ (全粥)	材料	使用量	二次加工食	提供量		複合食
	無洗米(匕/匕刈)	1人分の米重量は、基本食の7割	下処理 無洗米(匕/匕刈)・・・さっと洗う	主食需要表の米重量	配食重量	※複合食のおかゆは、二次加工室でまとめて作って可とします。
	水	米の重量の5倍				
			作り方 ①米の5倍の水量で炊く。	50	175	
				55	193	
			※麦は入れない。 ※米重量の3.5倍量を配食する。	60	210	
				70	245	
				80	280	
				90	315	

牛乳 パン 浸し 用	・1人分は基本食と同じ。
	作り方 ①パンを1.5 c m角に切り、配食する。 (中学校基準の量で納品されるので、主食需要表を確認し、学年に応じた量を配食する)

ステ パイ ック	作り方 ①パンは、0.7×0.7×5cm程度に切る。 ②スチコンで焼く。 ※1人3本配食する。(1食分に追加で提供) ※噛む練習用として、希望者に提供する。
----------------	--