

区分	記号	料理名	食材料	形状	ポ イ ル 印	可食量(g)	総使用 量(g)	処理量(kg)	処理量2(kg)	予定価格 (円)	エネルギー (kcal)	計・蛋 白質(g)	計・脂 肪(g)
1	ア	米飯(麦入り)	精白米(ヒノヒカリ)90g			90.00				59.40	322	5.5	0.8
			白麦 9g			9.00				3.41	31	0.6	0.2
		牛乳	牛乳200ml			206.00				45.11	138	6.8	7.8
		鶏肉のから揚げ	鶏肉(もも切身35g個付)	2コ		70.00				67.97	140	11.3	9.8
			塩			0.50				0.06	0	0.0	0.0
			洋ごしょう			0.05				0.05	0	0.0	0.0
			ガーリック			0.05				0.08	0	0.0	0.0
			清酒			0.90				0.41	1	0.0	0.0
			小麦粉(薄力粉)[衣]			3.50	4.7			0.70	13	0.3	0.1
			でん粉[衣]			3.50	4.7			1.17	12	0.0	0.0
			精製油(なたね)[揚]			3.50	10.3			2.26	32	0.0	3.5
		もずくスープ	国産、5cm程度			20.00				16.00	1	0.0	0.0
			[冷]もずく(カット)			10.00				10.00	10	1.2	0.1
			かまぼこ			20.00	22.2	70.0	77.8	3.33	7	0.2	0.0
			玉ねぎ			10.00				3.40	9	0.8	0.5
			豆腐(20%しめ)			0.50				2.73	1	0.1	0.0
			干しいたけ(カット)			10.00	12.5	35.0	43.8	6.00	2	0.3	0.0
			えのきたけ			3.00	3.2	10.5	11.1	5.87	1	0.0	0.0
			青ねぎ(中)			1.00				2.66	0	0.0	0.0
			昆布(出し用)			3.00				5.91	0	0.0	0.0
			かつお節(出し用・うす削り)			0.50				0.06	0	0.0	0.0
			塩			1.80				0.30	1	0.1	0.0
			濃口しょうゆ			0.90				0.16	0	0.1	0.0
			淡口しょうゆ			130.00					0	0.0	0.0
			水			25.00				4.25	4	0.5	0.0
		もやしと小松菜のあえもの	もやし		ボ	5.00	5.3	17.5	18.4	1.26	2	0.0	0.0
			人参		ボ	10.00	11.8	35.0	41.2	8.24	1	0.2	0.0
			小松菜			0.80				2.24	3	0.6	0.0
			かつお節(碎片・糸削り)			1.20				0.26	5	0.0	0.0
			上白糖			0.12				0.01	0	0.0	0.0
			塩			2.40				0.40	2	0.2	0.0
			濃口しょうゆ			1.20				0.18	0	0.0	0.0
			食酢			643.42	74.7	168.0	192.3	253.88	738	28.8	22.8
		記号ごとの計	**記号ごとの計**	*****									

イ		キャロットロールパン	キャロットロールパン(40g)			40.00				66.24	260	5.8	8.9
		牛乳	牛乳300ml			309.00				67.67	207	10.2	11.7
		シーフードスパゲッティ	スパゲッティ(ハーフ)			38.00				8.74	144	4.9	0.8
			塩(ゆで)			0.35	0.7			0.08	0	0.0	0.0
			ベーコン(カット)			15.00				21.00	61	1.9	5.9
			[冷]むきえび			15.00				16.20	12	2.8	0.1
			[冷]いか(かのこ短冊)			15.00				24.45	13	2.6	0.2
			[冷]あさり(むき身)			20.00				15.00	23	4.1	0.4
			人参			10.00	10.5	35.0	36.8	2.53	4	0.1	0.0
			玉ねぎ			30.00	33.3	105.0	116.7	5.00	11	0.3	0.0
			マッシュルーム(スライス)〈缶〉			10.00				7.47	1	0.3	0.0
			サラダ油(なたね100%)[炒]			0.50				0.13	5	0.0	0.5
			塩			0.20				0.02	0	0.0	0.0
			洋ごしょう			0.05				0.05	0	0.0	0.0
			白ワイン			1.00				0.64	1	0.0	0.0
			コンソメの素			0.50				0.37	1	0.0	0.0
			にんにく(ペースト)			0.10				0.07	0	0.0	0.0
			濃口しょうゆ			3.50				0.58	2	0.3	0.0
		海藻サラダ	ツナ(油漬け)〈缶〉(チンク)			10.00				5.51	27	1.8	2.2
			キャベツ		ボ	40.00	51.9	140.0	181.8	9.09	9	0.5	0.1
			きゅうり		ボ	25.00	26.3	87.5	92.1	12.11	4	0.3	0.0
			(乾)海藻ミックス	糸寒天なし	ボ	1.00				7.26	0	0.1	0.0
			上白糖			1.20				0.26	5	0.0	0.0
			塩			0.15				0.02	0	0.0	0.0
			濃口しょうゆ			2.50				0.44	1	0.1	0.0
			りんご酢			2.50				0.64	1	0.0	0.0
			サラダ油(なたね100%)[ド]			2.00	2.9			0.76	18	0.0	2.0
		パイン&ナタデココ	パインアップル(チビット)〈缶〉			20.00				5.48	17	0.1	0.0
			ナタデココシロップ〈缶〉			20.00				6.64	14	0.0	0.0
		記号ごとの計	**記号ごとの計**	*****		632.55	125.6	367.5	427.4	284.45	841	36.2	32.8

		区分ごとの計	**区分ごとの計**	*****		1275.97	200.3	535.5	619.7	538.33	1579	65.0	55.6

区分	記号	料理名	食材料	形状	ポ イ ル 印	可食量(g)	総使用 量(g)	処理量(kg)	処理量2(kg)	予定価格 (円)	エネルギー (kcal)	計・蛋 白質(g)	計・脂 肪(g)
2	ウ	米飯(麦入り)	精白米 90g			90.00				62.55	322	5.5	0.8
			白麦 9g			9.00				3.41	31	0.6	0.2
		牛乳	牛乳200ml			206.00				45.11	138	6.8	7.8
		チキンカレー	鶏肉(2cm角切り)			30.00				23.70	57	5.9	3.5
			玉ねぎ			50.00	55.6	175.0	194.4	8.33	19	0.5	0.1
			人参			25.00	26.3	87.5	92.1	6.32	9	0.2	0.0
			じゃがいも(M以上)			50.00	55.6	175.0	194.4	10.28	38	0.8	0.1
			サラダ油(なたね100%)[炒]			0.30				0.08	3	0.0	0.3
			塩			0.30				0.03	0	0.0	0.0
			洋ごしょう			0.03				0.03	0	0.0	0.0
			粉しょうが			0.05				0.08	0	0.0	0.0
			にんにく(ペースト)			0.10				0.07	0	0.0	0.0
			コンソメの素			0.20				0.15	0	0.0	0.0
			カレー粉			0.40				0.95	2	0.1	0.0
			トマトケチャップ			4.50				1.04	5	0.1	0.0
			ウスターソース			2.20				0.40	3	0.0	0.0
			カレールー			9.00				4.59	46	0.6	3.1
			ドライカレー			2.00				1.38	10	0.1	0.7
			脱脂粉乳			4.00				1.89	14	1.4	0.0
			水			75.00					0	0.0	0.0
		ひじきサラダ	(乾)ひじき		ボ	1.70				1.85	2	0.2	0.0
			濃口しょうゆ			1.00				0.17	1	0.1	0.0
			ロースハム(カット)			10.00				22.00	20	1.7	1.4
			サラダ油(なたね100%)[炒]			0.10				0.03	1	0.0	0.1
			キャベツ		ボ	35.00	45.5	122.5	159.1	7.95	8	0.5	0.1
			きゅうり		ボ	10.00	10.5	35.0	36.8	4.84	1	0.1	0.0
			人参		ボ	7.00	7.4	24.5	25.8	1.77	3	0.0	0.0
			マヨネーズ			7.60	9.5			3.33	53	0.1	5.7
			塩			0.15				0.02	0	0.0	0.0
		巨峰	巨峰	L(3~4コ)		32.00	42.7			39.89	19	0.1	0.0
		記号ごとの計	**記号ごとの計**	*****		662.63	253.1	619.5	702.6	252.24	805	25.4	23.9

エ		ミルクねじりパン	ミルクねじりパン(70g)			70.00				55.65	302	9.8	5.7
		牛乳	牛乳300ml			309.00				67.67	207	10.2	11.7
		魚のホワイトソースかけ	[冷]シルバーの素焼き(焼目なし)50g			50.00				87.00	90	7.5	6.2
			サラダ油(なたね100%)[焼]			0.10	0.4			0.11	1	0.0	0.1
			パセリ			0.30	0.3	1.1	1.2	1.83	0	0.0	0.0
			玉ねぎ			3.00	3.3	10.5	11.7	0.50	1	0.0	0.0
			牛乳(調理用)			5.00				1.10	3	0.2	0.2
			生クリーム(調理用)			1.00				1.73	4	0.0	0.5
			サラダ油(なたね100%)[炒]			0.20				0.05	2	0.0	0.2
			塩			0.10				0.01	0	0.0	0.0
			洋ごしょう			0.02				0.02	0	0.0	0.0
			ホワイトルウ			1.50				0.80	7	0.1	0.4
			水			9.00					0	0.0	0.0
		ミートボールのトマト煮	[冷]チキンボール(1コ10g程度、5%レバー入り)			30.00				18.00	58	3.7	3.5
			じゃがいも(M以上)			40.00	44.4	140.0	155.6	8.22	30	0.6	0.0
			人参			25.00	26.3	87.5	92.1	6.32	9	0.2	0.0
			玉ねぎ			40.00	44.4	140.0	155.6	6.67	15	0.4	0.0
			サラダ油(なたね100%)[炒]			0.30				0.08	3	0.0	0.3
			ベイリーフ			0.01				0.03	0	0.0	0.0
			塩			0.50				0.06	0	0.0	0.0
			上白糖			0.30				0.06	1	0.0	0.0
			洋ごしょう			0.05				0.05	0	0.0	0.0
			鶏ガラスープ<缶>			5.00				2.49	1	0.2	0.0
			濃口しょうゆ			0.30				0.05	0	0.0	0.0
			トマトケチャップ			6.00				1.38	7	0.1	0.0
			トマト(水煮)<缶>			12.00				2.88	2	0.1	0.0
		ブロッコリーサラダ	[冷]ブロッコリー	国産、1コ8g程度	ボ	20.00					5	0.7	0.1
			上白糖			0.45				0.10	2	0.0	0.0
			塩			0.15				0.02	0	0.0	0.0
			洋ごしょう			0.02				0.02	0	0.0	0.0
			りんご酢			1.50				0.38	0	0.0	0.0
			サラダ油(なたね100%)[ド]			1.50	2.1			0.57	14	0.0	1.5
		記号ごとの計	**記号ごとの計**	*****		632.30	121.2	379.1	416.2	263.85	764	33.8	30.4

		区分ごとの計	**区分ごとの計**	*****		1294.93	374.3	998.6	1118.8	516.09	1569	59.2	54.3

区分	記号	料理名	食材料	形状	ポ イ ル 印	可食量(g)	総使用 量(g)	処理量(kg)	処理量2(kg)	予定価格 (円)	エネルギー (kcal)	計・蛋 白質(g)	計・脂 肪(g)
3	オ	五目飯	五目飯(ヒノヒカリ)90g			90.00				125.55	362	7.8	2.3
		牛乳	牛乳200ml			206.00				45.11	138	6.8	7.8
		ホキの南蛮漬け	[冷]ホキ唐揚げ 1360g			60.00				64.98	76	9.4	0.8
			精製油(なたね)[焼]			3.00	8.8			1.94	28	0.0	3.0
			上白糖			5.00				1.08	19	0.0	0.0
			食酢			5.50				0.84	1	0.0	0.0
			濃口しょうゆ			5.00				0.84	4	0.4	0.0
			レモン(果汁)			1.00				0.96	0	0.0	0.0
			赤唐辛子			0.01				0.01	0	0.0	0.0
			水			5.00					0	0.0	0.0
		豆腐とわかめのみそ汁	豆腐(20%しめ)			20.00				6.80	18	1.6	1.0
			玉ねぎ			20.00	22.2	70.0	77.8	3.33	7	0.2	0.0
			もやし			10.00				1.70	2	0.2	0.0
			青ねぎ(中)			3.00	3.2	10.5	11.1	5.87	1	0.0	0.0
			(乾)わかめ(カット)			1.00				1.16	1	0.2	0.0
			煮干し(出し用)			3.00				2.94	0	0.0	0.0
			麦みそ			7.40				1.70	15	0.7	0.3
			米みそ			4.50				1.04	9	0.6	0.3
			水			130.00					0	0.0	0.0
		月見団子	[冷]白玉もち(138g程度)	加熱処理済		35.00				15.75	65	1.1	0.2
			きな粉			5.00				2.50	22	1.8	1.2
			三温糖(月見団子)			4.00	4.8			1.06	15	0.0	0.0
			塩(月見団子)			0.06	0.1			0.01	0	0.0	0.0
		記号ごとの計	**記号ごとの計**	*****		623.47	39.1	80.5	88.9	285.17	783	30.8	16.9

カ		食パン	食パン(80g)			80.00				47.76	311	9.6	5.8
		牛乳	牛乳200ml			206.00				45.11	138	6.8	7.8
		スライスチーズ	一食スライスチーズ20g(鉄分強化)	鉄分3mg/コ以上		20.00				29.00	64	4.1	5.1
		鶏の照り焼き	鶏肉(モモ小厚切り)			50.00				44.50	100	8.1	7.0
			塩			0.10				0.01	0	0.0	0.0
			サラダ油(なたね100%)[焼]			0.15	0.6			0.16	1	0.0	0.2
			上白糖			0.60				0.13	2	0.0	0.0
			本みりん			1.00				0.25	2	0.0	0.0
			清酒			1.00				0.46	1	0.0	0.0
			濃口しょうゆ			2.00				0.33	1	0.2	0.0
		洋風スープ	ベーコン(カット)			10.00				14.00	41	1.3	3.9
			じゃがいも(M以上)			30.00	33.3	105.0	116.7	6.17	23	0.5	0.0
			人参			25.00	26.3	87.5	92.1	6.32	9	0.2	0.0
			玉ねぎ			45.00	50.0	157.5	175.0	7.50	17	0.5	0.0
			コーン(ホール)〈缶〉			10.00				3.13	8	0.2	0.1
			サラダ油(なたね100%)[炒]			0.30				0.08	3	0.0	0.3
			塩			0.30				0.03	0	0.0	0.0
			洋こしょう			0.05				0.05	0	0.0	0.0
			ガーリック			0.02				0.03	0	0.0	0.0
			コンソメの素			1.00				0.74	2	0.1	0.0
			淡口しょうゆ			0.50				0.09	0	0.0	0.0
			水			80.00					0	0.0	0.0
		キャベツサラダ	キャベツ		ボ	30.00	39.0	105.0	136.4	6.82	7	0.4	0.1
			人参		ボ	5.00	5.3	17.5	18.4	1.26	2	0.0	0.0
			きゅうり			10.00	10.5	35.0	36.8	4.84	1	0.1	0.0
			マヨネーズ			4.00	5.0			1.75	28	0.1	3.0
			塩			0.10				0.01	0	0.0	0.0
			レモン(果汁)			0.40				0.38	0	0.0	0.0
		記号ごとの計	**記号ごとの計**	*****		612.52	170.0	507.5	575.4	220.91	761	32.2	33.3

		区分ごとの計	**区分ごとの計**	*****		1235.99	209.1	588.0	664.3	506.08	1544	63.0	50.2

区分	記号	料理名	食材料	形状	ポ イ ル 印	可食量(g)	総使用 量(g)	処理量(kg)	処理量2(kg)	予定価格 (円)	エネルギー (kcal)	計・蛋 白質(g)	計・脂 肪(g)
4	キ	米飯(麦入り)	精白米 90g			90.00				62.55	322	5.5	0.8
			白麦 9g			9.00				3.41	31	0.6	0.2
		牛乳	牛乳200ml			206.00				45.11	138	6.8	7.8
		卓上中濃ソース	卓上中濃ソース160ml			3.20	4.0			3.25	4	0.0	0.0
		白身魚フライ	[冷]メルルーサフライ1260g			60.00				72.00	65	6.8	0.6
			精製油(なたね)[揚]			3.60	10.6			2.33	33	0.0	3.6
		ひじきと大豆のうま煮	豚肉(モモスライス)			20.00				22.80	37	4.1	2.0
			(乾)大豆		ボ	9.00				3.13	38	3.2	1.7
			てんぷら			15.00				10.35	21	1.9	0.6
			こんにゃく(角)		ボ	20.00				9.20	1	0.0	0.0
			人参			25.00	26.3	87.5	92.1	6.32	9	0.2	0.0
			(乾)ひじき			2.50				2.73	3	0.3	0.0
			[冷]さやいんげん	国産		5.00				4.10	1	0.1	0.0
			サラダ油(なたね100%)[炒]			0.30				0.08	3	0.0	0.3
			三温糖			2.50				0.54	10	0.0	0.0
			清酒			1.50				0.69	2	0.0	0.0
			濃口しょうゆ			4.50				0.75	3	0.3	0.0
		和風あえ	キャベツ		ボ	20.00	26.0	70.0	90.9	4.55	5	0.3	0.0
			きゅうり		ボ	5.00	5.3	17.5	18.4	2.42	1	0.1	0.0
			(乾)わかめ(カット)		ボ	0.40				0.46	1	0.1	0.0
			かつお節(碎片・糸削り)	糸削り 細菌検査結果添付		0.50				1.40	2	0.4	0.0
			上白糖			0.50				0.11	2	0.0	0.0
			濃口しょうゆ			1.20				0.20	1	0.1	0.0
			食酢			0.80				0.12	0	0.0	0.0
		記号ごとの計	**記号ごとの計**	*****		505.50	72.2	175.0	201.4	258.60	733	30.8	17.6

ク		ワンローフ型食パン	ワンローフ型食パン(80g)			80.00				47.76	311	9.6	5.8
		牛乳	牛乳300ml			309.00				67.67	207	10.2	11.7
		ジャム	一食いちごジャム(食物繊維強化) 20g			20.00				17.00	28	0.1	0.0
		煮込みハンバーグ	[冷]ホーランダー(5%レバー入り) 1250g	鶏肉なし、塩分0.3%		50.00				58.60	101	7.6	4.8
			デミグラスソース<缶>			3.00	6.0			1.15	7	0.2	0.3
			トマトケチャップ			5.00	10.0			1.15	6	0.1	0.0
			ウスターソース			2.00	4.0			0.37	2	0.0	0.0
			上白糖			0.30	0.6			0.06	1	0.0	0.0
			水			12.50	25.0				0	0.0	0.0
		じゃがいものカレー煮	鶏肉(スライス)			20.00				14.80	38	3.9	2.3
			じゃがいも(M以上)			50.00	55.6	175.0	194.4	10.28	38	0.8	0.1
			人参			25.00	26.3	87.5	92.1	6.32	9	0.2	0.0
			玉ねぎ			55.00	61.1	192.5	213.9	9.17	20	0.6	0.1
			[冷]グリーンピース			3.00				0.78	3	0.2	0.0
			サラダ油(なたね100%)[炒]			0.30				0.08	3	0.0	0.3
			上白糖			0.80				0.17	3	0.0	0.0
			塩			0.14				0.02	0	0.0	0.0
			にんにく(ペースト)			0.10				0.07	0	0.0	0.0
			カレー粉			0.30				0.71	1	0.0	0.0
			清酒			1.00				0.46	1	0.0	0.0
			濃口しょうゆ			3.00				0.50	2	0.2	0.0
			トマトケチャップ			1.00				0.23	1	0.0	0.0
			ウスターソース			1.00				0.18	1	0.0	0.0
			コンソメの素			0.70				0.52	2	0.0	0.0
		野菜ソテー	ツナ(油漬け)<缶>(チャンク)			7.00				3.86	19	1.2	1.5
			玉ねぎ			13.00	14.4	70.0	77.8	2.17	5	0.1	0.0
			キャベツ			20.00	26.0	105.0	136.4	4.55	5	0.3	0.0
			コーン(ホール)<缶>			13.00				4.07	11	0.3	0.1
			サラダ油(なたね100%)[炒]			0.20				0.05	2	0.0	0.2
			塩			0.07				0.01	0	0.0	0.0
			洋こしょう			0.03				0.03	0	0.0	0.0
			濃口しょうゆ			0.50				0.08	0	0.0	0.0
		記号ごとの計	**記号ごとの計**	*****		696.94	229.0	630.0	714.6	252.87	827	35.6	27.2

		区分ごとの計	**区分ごとの計**	*****		1202.44	301.2	805.0	916.0	511.47	1560	66.4	44.8

区分	記号	料理名	食材料	形状	ポ イ ル 印	可食量(g)	総使用 量(g)	処理量(kg)	処理量2(kg)	予定価格 (円)	エネルギー (kcal)	計・蛋 白質(g)	計・脂 肪(g)
5	ケ	米飯(麦入り)	精白米 90g			90.00				62.55	322	5.5	0.8
			白麦 9g			9.00				3.41	31	0.6	0.2
		牛乳	牛乳200ml			206.00				45.11	138	6.8	7.8
		一食フィッシュアーモンド	一食フィッシュ(アーモンド入り)8g	ごまなし		8.00				20.00	35	2.8	1.5
		あじの香味ソースかけ	[冷]あじの素焼き50g	焼き目なし、腹 骨・ゼイゴ除去		50.00				77.00	72	9.4	3.5
			サラダ油(なたね100%)[焼]			0.25	1.0			0.27	2	0.0	0.3
			青ねぎ(中)			1.00	1.1	3.5	3.7	1.96	0	0.0	0.0
			玉ねぎ			5.00	5.6	17.5	19.4	0.83	2	0.1	0.0
			でん粉			0.35				0.09	1	0.0	0.0
			サラダ油(なたね100%)[炒]			0.20				0.05	2	0.0	0.2
			上白糖			3.00				0.65	12	0.0	0.0
			濃口しょうゆ			4.00				0.67	3	0.3	0.0
			食酢			3.00				0.46	1	0.0	0.0
			ごま油(炒)			0.40				0.25	4	0.0	0.4
			水			4.00				0	0	0.0	0.0
		野菜のオイスターソース炒め	豚肉(カスライス細切り)			25.00				27.50	54	4.6	3.7
			人参			20.00	21.1	70.0	73.7	5.05	7	0.1	0.0
			玉ねぎ			35.00	38.9	122.5	136.1	5.83	13	0.4	0.0
			キャベツ			35.00	45.5	122.5	159.1	7.95	8	0.5	0.1
			青ねぎ(中)			5.00	5.3	17.5	18.4	9.79	2	0.1	0.0
			きくらげ(カット)			1.20				1.25	2	0.1	0.0
			サラダ油(なたね100%)[炒]			0.20				0.05	2	0.0	0.2
			にんにく(ペースト)			0.15				0.11	0	0.0	0.0
			三温糖			0.80				0.17	3	0.0	0.0
			濃口しょうゆ			3.00				0.50	2	0.2	0.0
			清酒			1.50				0.69	2	0.0	0.0
			オイスターソース<缶>			2.50				2.50	3	0.2	0.0
			でん粉			1.00				0.25	3	0.0	0.0
		梅おかかあえ	もやし		ボ	25.00				4.25	4	0.5	0.0
			きゅうり		ボ	15.00	15.8	52.5	55.3	7.26	2	0.2	0.0
			かつお節(碎片・糸削り)	糸削り 細菌検査 結果添付		0.80				2.24	3	0.6	0.0
			梅干し(ペースト)			1.50				1.89	1	0.0	0.0
			上白糖			0.30				0.06	1	0.0	0.0
			濃口しょうゆ			1.50				0.25	1	0.1	0.0
		記号ごとの計	**記号ごとの計**	*****		558.65	134.3	406.0	465.7	290.89	738	33.1	18.7

コ		チーズツイスト	チーズツイスト(60g)			60.00				62.28	324	10.4	8.5
		牛乳	牛乳200ml			206.00				45.11	138	6.8	7.8
		オムレツ	[冷]プレーンオムレツ1370g			70.00				42.00	99	7.1	6.0
			サラダ油(なたね100%)[焼]			0.25	1.0			0.27	2	0.0	0.3
			玉ねぎ			0.50	0.6	1.8	1.9	0.08	0	0.0	0.0
			サラダ油(なたね100%)[炒]			0.20				0.05	2	0.0	0.2
			上白糖			0.36				0.08	1	0.0	0.0
			デミグラスソース<缶>			5.40				2.07	13	0.4	0.5
			ウスターソース			2.40				0.44	3	0.0	0.0
			でん粉			0.24				0.06	1	0.0	0.0
			水			9.60				0	0	0.0	0.0
		パブリカ煮	鶏肉(小厚切り)			25.00				18.50	48	4.9	2.9
			じゃがいも(M以上)			65.00	72.2	227.5	252.8	13.36	49	1.0	0.1
			人参			25.00	26.3	87.5	92.1	6.32	9	0.2	0.0
			玉ねぎ			50.00	55.6	175.0	194.4	8.33	19	0.5	0.1
			[冷]むぎ枝豆	国産		10.00				10.40	16	1.3	0.8
			サラダ油(なたね100%)[炒]			0.30				0.08	3	0.0	0.3
			パブリカ			0.80				2.22	3	0.1	0.1
			塩			0.50				0.06	0	0.0	0.0
			洋こしょう			0.05				0.05	0	0.0	0.0
			コンソメの素			0.80				0.59	2	0.1	0.0
		コールスロー	キャベツ		ボ	30.00	39.0	105.0	136.4	6.82	7	0.4	0.1
			きゅうり		ボ	10.00	10.5	35.0	36.8	4.84	1	0.1	0.0
			上白糖			0.70				0.15	3	0.0	0.0
			塩			0.35				0.04	0	0.0	0.0
			洋こしょう			0.04				0.04	0	0.0	0.0
			りんご酢			2.50				0.64	1	0.0	0.0
			サラダ油(なたね100%)[ド]			1.30	1.9			0.50	12	0.0	1.3
		みかんジュース	みかんジュース13125ml			130.00				36.01	53	0.7	0.1
		記号ごとの計	**記号ごとの計**	*****		707.29	207.1	631.8	714.4	261.39	809	34.0	29.1

		区分ごとの計	**区分ごとの計**	*****		1265.94	341.4	1037.8	1180.1	552.28	1547	67.1	47.8

区分	記号	料理名	食材料	形状	ポ イ ル 印	可食量(g)	総使用 量(g)	処理量(kg)	処理量2(kg)	予定価格 (円)	エネルギー (kcal)	計・蛋 白質(g)	計・脂 肪(g)
6	サ	米飯(麦入り)	精白米 90g			90.00				62.55	322	5.5	0.8
			白麦 9g			9.00				3.41	31	0.6	0.2
		牛乳	牛乳200ml			206.00				45.11	138	6.8	7.8
		ブルコギ	牛肉(カスライス)			50.00				85.00	128	8.4	9.8
			人参			15.00	15.8	52.5	55.3	3.79	6	0.1	0.0
			玉ねぎ			30.00	33.3	105.0	116.7	5.00	11	0.3	0.0
			もやし			10.00				1.70	2	0.2	0.0
			にら			10.00	10.5	35.0	36.8	8.42	2	0.2	0.0
			しょうが			0.50	0.6	1.8	2.2	0.61	0	0.0	0.0
			にんにく(ペースト)			0.20				0.14	0	0.0	0.0
			三温糖			2.00				0.43	8	0.0	0.0
			本みりん			1.10				0.27	3	0.0	0.0
			清酒			1.00				0.46	1	0.0	0.0
			濃口しょうゆ			4.70				0.78	3	0.4	0.0
			白ごま(いり)			1.00				0.59	6	0.2	0.5
			サラダ油(なたね100%)(焼)			0.25	1.0			0.27	2	0.0	0.3
		中華風コーンスープ	[冷]むきえび			10.00				10.80	8	1.9	0.0
			[冷]絞菌液卵			10.00				3.20	15	1.2	1.0
			人参			15.00	15.8	52.5	55.3	3.79	6	0.1	0.0
			玉ねぎ			20.00	22.2	70.0	77.8	3.33	7	0.2	0.0
			たけのこ(缶)	国産		10.00				10.50	2	0.3	0.0
			コーン(クリーム)缶			20.00				4.50	17	0.3	0.1
			コーン(ホール)缶			5.00				1.57	4	0.1	0.0
			干しいたけ(缶)			0.50				2.73	1	0.1	0.0
			青ねぎ(中)			3.00	3.2	10.5	11.1	5.87	1	0.0	0.0
			サラダ油(なたね100%)(炒)			0.20				0.05	2	0.0	0.2
			塩			0.40				0.04	0	0.0	0.0
			洋ごしょう			0.03				0.03	0	0.0	0.0
			清酒			1.00				0.46	1	0.0	0.0
			濃口しょうゆ			1.80				0.30	1	0.1	0.0
			中華スープの素			0.90				0.52	2	0.0	0.1
			でん粉			0.90				0.23	3	0.0	0.0
			水			100.00					0	0.0	0.0
		きゅうりとわかめの酢もの	きゅうり		ボ	25.00	26.3	87.5	92.1	12.11	4	0.3	0.0
			(乾)わかめ(缶)		ボ	1.50				1.74	2	0.3	0.1
			上白糖			1.50				0.32	6	0.0	0.0
			濃口しょうゆ			3.00				0.50	2	0.2	0.0
			食酢			2.00				0.31	1	0.0	0.0
		発酵乳(発酵乳)	固形ヨーグルト(プレーン・鉄分・カルシウム強化)12100g	鉄分4mg/コ以上、カルシウム250mg/コ以上		100.00				44.00	91	4.2	1.8
		記号ごとの計	**記号ごとの計**	*****		762.48	128.7	414.8	447.3	325.43	839	32.0	22.7

シ		柏型ミルクパン	柏型ミルクパン(70g)			70.00				55.65	302	9.8	5.7
		牛乳	牛乳200ml			206.00				45.11	138	6.8	7.8
		チーズ	一食チーズ15g(鉄分・カルシウム強化)	鉄分2.3mg/コ以上、カルシウム150mg/コ以上		15.00				28.01	51	3.0	4.1
		チリコンカン	豚肉(ももひき肉)			30.00				34.20	55	6.2	3.1
			(乾)大豆		ボ	15.00				5.22	63	5.3	2.9
			人参			20.00	21.1	70.0	73.7	5.05	7	0.1	0.0
			玉ねぎ			60.00	66.7	210.0	233.3	10.00	22	0.6	0.1
			サラダ油(なたね100%)(炒)			0.30				0.08	3	0.0	0.3
			塩			0.30				0.03	0	0.0	0.0
			洋ごしょう			0.05				0.05	0	0.0	0.0
			にんにく(ペースト)			0.10				0.07	0	0.0	0.0
			コンソメの素			0.50				0.37	1	0.0	0.0
			パプリカ			0.04				0.11	0	0.0	0.0
			チリパウダー			0.04				0.16	0	0.0	0.0
			トマトケチャップ			11.00				2.53	13	0.2	0.0
			ウスターソース			1.00				0.18	1	0.0	0.0
			ハヤシルウ			3.00				1.53	15	0.2	1.0
			デミグラスソース缶			2.00				0.77	5	0.2	0.2
		チキンドレッシングサラダ	チキン(水煮)缶			15.00				18.00	10	2.3	0.0
			人参		ボ	10.00	10.5	35.0	36.8	2.53	4	0.1	0.0
			キャベツ		ボ	40.00	51.9	140.0	181.8	9.09	9	0.5	0.1
			きゅうり		ボ	25.00	26.3	87.5	92.1	12.11	4	0.3	0.0
			上白糖			0.50				0.11	2	0.0	0.0
			塩			0.55				0.06	0	0.0	0.0
			洋ごしょう			0.05				0.05	0	0.0	0.0
			レモン(果汁)			1.00				0.96	0	0.0	0.0
			食酢			2.50				0.38	1	0.0	0.0
			サラダ油(なたね100%)(ド)			2.50	3.6			0.95	23	0.0	2.5
		ミニトマト	ミニトマト	L又はM		33.10	34.8			29.96	10	0.4	0.0
		記号ごとの計	**記号ごとの計**	*****		564.53	214.9	542.5	617.7	263.32	739	36.0	27.8

		区分ごとの計	**区分ごとの計**	*****		1327.01	343.6	957.3	1065.0	588.75	1578	68.0	50.5

区分	記号	料理名	食材料	形状	ポ イ ル 印	可食量(g)	総使用 量(g)	処理量(kg)	処理量2(kg)	予定価格 (円)	エネルギー (kcal)	計・蛋 白質(g)	計・脂 肪(g)
7	ス	米飯(麦入り)	精白米(ヒノヒカリ)90g			90.00				59.40	322	5.5	0.8
			白麦 9g			9.00				3.41	31	0.6	0.2
		牛乳	牛乳200ml			206.00				45.11	138	6.8	7.8
		卓上中濃ソース	卓上中濃ソース160ml			3.20	4.0			3.25	4	0.0	0.0
		魚ののりごまフライ	[冷]ホキのりごまフライ	骨除去 鶏卵なし		60.00				70.02	58	6.8	1.5
		切干し大根の卵とじ	精製油(なたね)[揚]			3.60	10.6			2.33	33	0.0	3.6
			鶏肉(スライス)			15.00				11.10	29	2.9	1.7
			てんぷら			10.00				6.90	14	1.3	0.4
			殺菌液卵			30.00				9.60	45	3.7	3.1
			こんにゃく(つき出し)		ボ	20.00				9.90	1	0.0	0.0
			人参			15.00	15.8	52.5	55.3	3.79	6	0.1	0.0
			たけのこ<缶>	国産		5.00				5.25	1	0.1	0.0
			干しいたけ(カット)			0.40				2.18	1	0.1	0.0
			切干し大根(干切)	国産		5.50				7.26	15	0.3	0.0
			[冷]さやいんげん	国産		5.00				4.10	1	0.1	0.0
			サラダ油(なたね100%)[炒]			0.30				0.08	3	0.0	0.3
			三温糖			2.50				0.54	10	0.0	0.0
			本みりん			1.00				0.25	2	0.0	0.0
			清酒			1.00				0.46	1	0.0	0.0
			濃口しょうゆ			7.00				1.17	5	0.5	0.0
		即席漬	キャベツ		ボ	25.00	32.5	87.5	113.6	5.68	6	0.3	0.1
			もやし		ボ	20.00				3.40	3	0.4	0.0
			きざみ昆布	1mm幅×3cm長さ 国産	ボ	0.80				2.02	1	0.0	0.0
			上白糖			1.20				0.26	5	0.0	0.0
			塩			0.12				0.01	0	0.0	0.0
			濃口しょうゆ			2.40				0.40	2	0.2	0.0
			食酢			1.20				0.18	0	0.0	0.0
		記号ごとの計	**記号ごとの計**	*****		540.22	62.9	140.0	168.9	258.05	737	29.7	19.5

セ		米飯(麦入り)	精白米 90g			90.00				62.55	322	5.5	0.8
			白麦 9g			9.00				3.41	31	0.6	0.2
		牛乳	牛乳200ml			206.00				45.11	138	6.8	7.8
		ハヤシライス	牛肉(カスライス)			30.00				51.00	77	5.0	5.9
			人参			20.00	21.1	70.0	73.7	5.05	7	0.1	0.0
			玉ねぎ			65.00	72.2	227.5	252.8	10.83	24	0.7	0.1
			マッシュルーム(スライス)<缶>			15.00				11.21	2	0.5	0.0
			[冷]グリーンピース			3.00				0.78	3	0.2	0.0
			サラダ油(なたね100%)[炒]			0.30				0.08	3	0.0	0.3
			塩			0.30				0.03	0	0.0	0.0
			洋こしょう			0.05				0.05	0	0.0	0.0
			にんにく(ペースト)			0.20				0.14	0	0.0	0.0
			トマトケチャップ			11.00				2.53	13	0.2	0.0
			ウスターソース			2.00				0.37	2	0.0	0.0
			ハヤシルウ			6.50				3.32	33	0.4	2.2
			デミグラスソース<缶>			4.00				1.53	10	0.3	0.4
			トマトピューレー<缶>			9.00				1.74	4	0.2	0.0
			脱脂粉乳			3.00				1.42	11	1.0	0.0
		フレンチサラダ	ロースハム(カット)			10.00				22.00	20	1.7	1.4
			サラダ油(なたね100%)[炒]			0.10				0.03	1	0.0	0.1
			キャベツ		ボ	25.00	32.5	87.5	113.6	5.68	6	0.3	0.1
			きゅうり		ボ	25.00	26.3	87.5	92.1	12.11	4	0.3	0.0
			上白糖			0.80				0.17	3	0.0	0.0
			塩			0.30				0.03	0	0.0	0.0
			洋こしょう			0.04				0.04	0	0.0	0.0
			りんご酢			2.70				0.69	1	0.0	0.0
			サラダ油(なたね100%)[ド]			1.50	2.1			0.57	14	0.0	1.5
		ピーチ&みかん	みかん<缶>			15.00				8.84	10	0.1	0.0
			蜜桃(角切)<缶>			15.00				5.22	13	0.1	0.0
		記号ごとの計	**記号ごとの計**	*****		569.79	154.2	472.5	532.2	256.53	752	24.0	20.8

		区分ごとの計	**区分ごとの計**	*****		1110.01	217.1	612.5	701.1	514.58	1489	53.7	40.3

区分	記号	料理名	食材料	形状	ポ イ ル 印	可食量(g)	総使用 量(g)	処理量(kg)	処理量2(kg)	予定価格 (円)	エネルギー (kcal)	計・蛋 白質(g)	計・脂 肪(g)
8	ソ	米飯(麦入り)	精白米 90g			90.00				62.55	322	5.5	0.8
			白麦 9g			9.00				3.41	31	0.6	0.2
		牛乳	牛乳200ml			206.00				45.11	138	6.8	7.8
		卓上中濃ソース	卓上中濃ソース160ml			3.20	4.0			3.25	4	0.0	0.0
		コロッケ	[冷]野菜コロッケ170g			70.00				35.98	95	2.1	1.4
			精製油(なたね)[揚]			4.20	12.4			2.72	39	0.0	4.2
		豚肉の炒り煮	豚肉(モモスライス細切り)			30.00				34.20	55	6.2	3.1
			人参			10.00	10.5	35.0	36.8	2.53	4	0.1	0.0
			こんにゃく(つき出し)		ボ	20.00				9.90	1	0.0	0.0
			たけのこく(缶)	国産		15.00				15.75	3	0.4	0.0
			[冷]ごぼう(さがき)	国産		25.00				19.25	15	0.4	0.1
			[冷]さやいんげん	国産		10.00				8.20	3	0.2	0.0
			サラダ油(なたね100%)[炒]			0.30				0.08	3	0.0	0.3
			三温糖			3.00				0.65	11	0.0	0.0
			本みりん			2.00				0.50	5	0.0	0.0
			清酒			1.00				0.46	1	0.0	0.0
			濃口しょうゆ			6.50				1.09	5	0.5	0.0
		ゴーヤのつくだ煮	にがうり			30.00	35.3	105.0	123.5	34.59	5	0.3	0.0
			かつお節(碎片)			0.60				1.31	2	0.5	0.0
			白ごま(いり)			1.30				0.77	8	0.3	0.7
			サラダ油(なたね100%)[炒]			0.50				0.13	5	0.0	0.5
			三温糖			1.50				0.33	6	0.0	0.0
			中さら			1.50				0.44	6	0.0	0.0
			食酢			1.50				0.23	0	0.0	0.0
			濃口しょうゆ			1.50				0.25	1	0.1	0.0
			淡口しょうゆ			1.50				0.26	1	0.1	0.0
		一食フィッシュ	一食フィッシュ 5g	ごまなし		5.00				17.00	20	3.0	0.5
		記号ごとの計	**記号ごとの計**	*****		550.10	62.2	140.0	160.3	300.94	789	27.1	19.6

タ		背割リコッペパン	背割リコッペパン(70g)			70.00				48.30	290	8.9	5.5
		牛乳	牛乳300ml			309.00				67.67	207	10.2	11.7
		一食ケチャップ	一食トマトケチャップ10g			10.00				9.00	12	0.2	0.0
		ウインナーソーセージ	[冷]ウインナーソーセージ(10 20g程度、皮なし) ※形状に バラ凍結と記載すること	鶏肉なし、バラ 凍結、減塩		60.00				96.00	193	7.9	17.1
		じゃが芋と卵のスープ	鶏肉(スライス)			10.00				7.40	19	2.0	1.2
			[冷]殺菌液卵			20.00				6.40	30	2.5	2.1
			じゃがいも(M以上)			25.00	27.8	87.5	97.2	5.14	19	0.4	0.0
			人参			10.00	10.5	35.0	36.8	2.53	4	0.1	0.0
			玉ねぎ			20.00	22.2	70.0	77.8	3.33	7	0.2	0.0
			サラダ油(なたね100%)[炒]			0.50				0.13	5	0.0	0.5
			塩			0.50				0.06	0	0.0	0.0
			洋こしょう			0.05				0.05	0	0.0	0.0
			コンソメの素			0.70				0.52	2	0.0	0.0
			濃口しょうゆ			1.00				0.17	1	0.1	0.0
			水			115.00					0	0.0	0.0
		キャベツソテー	キャベツ			30.00	39.0	105.0	136.4	6.82	7	0.4	0.1
			サラダ油(なたね100%)[炒]			0.30				0.08	3	0.0	0.3
			塩			0.20				0.02	0	0.0	0.0
			洋こしょう			0.02				0.03	0	0.0	0.0
		記号ごとの計	**記号ごとの計**	*****		682.28	99.5	297.5	348.2	253.65	799	32.9	38.5

		区分ごとの計	**区分ごとの計**	*****		1232.38	161.7	437.5	508.5	554.59	1588	60.0	58.1

区分	記号	料理名	食材料	形状	ポ イ ル 印	可食量(g)	総使用 量(g)	処理量(kg)	処理量2(kg)	予定価格 (円)	エネルギー (kcal)	計・蛋白 質(g)	計・脂肪 (g)
9	チ	米飯(麦入り)	精白米 90g			90.00				62.55	322	5.5	0.8
			白麦 9g			9.00				3.41	31	0.6	0.2
		牛乳	牛乳200ml			206.00				45.11	138	6.8	7.8
			豆腐(20%しめ)			90.00				30.60	81	7.4	4.7
		麻婆豆腐	豚肉(モモひき肉)			20.00				22.80	37	4.1	2.0
			人参			15.00	15.8	52.5	55.3	3.79	6	0.1	0.0
			玉ねぎ			30.00	33.3	105.0	116.7	5.00	11	0.3	0.0
			干しいたけ(カット)			0.80				4.37	1	0.2	0.0
			青ねぎ(中)			4.00	4.2	14.0	14.7	7.83	1	0.1	0.0
			サラダ油(なたね100%)[炒]			0.25				0.07	2	0.0	0.3
			しょうが			0.80	1.0	2.8	3.5	0.97	0	0.0	0.0
			三温糖			1.30				0.28	5	0.0	0.0
			にんにく(ペースト)			0.08				0.06	0	0.0	0.0
			濃口しょうゆ			2.60				0.43	2	0.2	0.0
			中華スープの素			0.24				0.14	1	0.0	0.0
			赤だしみそ			4.20				1.26	9	0.7	0.4
			トウバンジャン			0.20				0.14	0	0.0	0.0
			ごま油(炒)			0.16				0.10	1	0.0	0.2
			でん粉			1.00				0.25	3	0.0	0.0
		わかめスープ	鶏肉(スライス)			15.00				11.10	29	2.9	1.7
			[冷]魚そうめん			20.00				18.00	22	2.1	0.1
			玉ねぎ			20.00	22.2	70.0	77.8	3.33	7	0.2	0.0
			(乾)わかめ(カット)			1.40				1.62	2	0.3	0.1
			干しいたけ(カット)			0.50				2.73	1	0.1	0.0
			青ねぎ(中)			3.00	3.2	10.5	11.1	5.87	1	0.0	0.0
			昆布(出し用)			1.00				2.66	0	0.0	0.0
			かつお節(出し用・うす削り)			3.00				5.91	0	0.0	0.0
			塩			0.55				0.06	0	0.0	0.0
			濃口しょうゆ			1.50				0.25	1	0.1	0.0
			淡口しょうゆ			1.50				0.26	1	0.1	0.0
			水			130.00					0	0.0	0.0
		甘酢あえ	春雨(カット)		ボ	5.00				2.70	17	0.0	0.0
			人参		ボ	3.00	3.2	10.5	11.1	0.76	1	0.0	0.0
			きゅうり		ボ	20.00	21.1	70.0	73.7	9.68	3	0.2	0.0
			もやし		ボ	20.00				3.40	3	0.4	0.0
			きくらげ(カット)			0.60				0.63	1	0.0	0.0
			上白糖			1.00				0.22	4	0.0	0.0
			濃口しょうゆ			3.00				0.50	2	0.2	0.0
			食酢			2.50				0.38	1	0.0	0.0
		記号ごとの計	**記号ごとの計**	*****		728.18	104.0	335.3	363.9	259.22	747	32.6	18.3

ツ		米粉パン	米粉パン(60g)			60.00				62.46	281	11.5	5.0
			牛乳200ml			206.00				45.11	138	6.8	7.8
		ジャム	いちじくジャム 15g	福岡県産いち じく使用		15.00				19.01	30	0.1	0.0
		鶏肉のマリネ焼き	鶏肉(モモ小厚切り)			50.00				44.50	100	8.1	7.0
			玉ねぎ			35.00	38.9	122.5	136.1	5.83	13	0.4	0.0
			人参			15.00	15.8	52.5	55.3	3.79	6	0.1	0.0
			ピーマン			7.00	8.2	24.5	28.8	5.27	2	0.1	0.0
			洋こしょう			0.05				0.05	0	0.0	0.0
			塩			0.15				0.02	0	0.0	0.0
			上白糖			1.50				0.32	6	0.0	0.0
			ガーリック			0.01				0.02	0	0.0	0.0
			白ワイン			2.00				1.28	1	0.0	0.0
			濃口しょうゆ			3.00				0.50	2	0.2	0.0
			サラダ油(なたね100%)[ド]			0.10	0.1			0.04	1	0.0	0.1
			サラダ油(なたね100%)[焼]			0.25	1.0			0.27	2	0.0	0.3
			ベーコン(カット)			9.00				12.60	36	1.2	3.5
		コーンスープ	じゃがいも(M以上)			40.00	44.4	140.0	155.6	8.22	30	0.6	0.0
			玉ねぎ			35.00	38.9	122.5	136.1	5.83	13	0.4	0.0
			コーン(クリーム)〈缶〉			32.00				7.20	27	0.5	0.2
			コーン(ホール)〈缶〉			9.00				2.82	7	0.2	0.0
			パセリ			0.30	0.3	1.1	1.2	1.83	0	0.0	0.0
			サラダ油(なたね100%)[炒]			0.20				0.05	2	0.0	0.2
			塩			0.36				0.04	0	0.0	0.0
			洋こしょう			0.05				0.05	0	0.0	0.0
			コンソメの素			1.10				0.81	3	0.1	0.0
			脱脂粉乳			3.50				1.66	13	1.2	0.0
			水			11.00					0	0.0	0.0
			生クリーム(調理用)			2.00				3.46	9	0.0	0.9
			牛乳(調理用)			18.00				3.94	12	0.6	0.7
			でん粉			0.90				0.23	3	0.0	0.0
			水			50.00					0	0.0	0.0
		マカロニサラダ	ツナ(油漬)〈缶〉(チャンク)			5.00				2.76	13	0.9	1.1
			マカロニ(エルボ)		ボ	5.00				1.15	19	0.7	0.1
			塩(ゆで)			0.08	0.2			0.02	0	0.0	0.0
			人参		ボ	3.00	3.2	10.5	11.1	0.76	1	0.0	0.0
			キャベツ		ボ	15.00	19.5	52.5	68.2	3.41	3	0.2	0.0
			きゅうり		ボ	8.00	8.4	28.0	29.5	3.87	1	0.1	0.0
			マヨネーズ			3.00	3.8			1.31	21	0.0	2.3
			塩			0.12				0.01	0	0.0	0.0
			洋こしょう			0.03				0.03	0	0.0	0.0
			上白糖			0.15				0.03	1	0.0	0.0
			濃口しょうゆ			0.25				0.04	0	0.0	0.0
			食酢			1.00				0.15	0	0.0	0.0
		記号ごとの計	**記号ごとの計**	*****		648.10	182.7	554.1	621.9	250.75	796	34.0	29.2

		区分ごとの計	**区分ごとの計**	*****		1376.28	286.7	889.4	985.8	509.97	1543	66.6	47.5

区分	記号	料理名	食材料	形状	ポ イ ル 印	可食量(g)	総使用 量(g)	処理量(kg)	処理量2(kg)	予定価格 (円)	エネルギー (kcal)	計・蛋 白質(g)	計・脂 肪(g)
10	テ	米飯(麦入り)	精白米 90g			90.00				62.55	322	5.5	0.8
			白麦 9g			9.00				3.41	31	0.6	0.2
		牛乳	牛乳200ml			206.00				45.11	138	6.8	7.8
		レバーとじゃがいものから揚げ	[冷]鶏レバー(味付・でん粉付)			40.00				40.00	48	6.9	1.1
			じゃがいも(M以上)			55.00	61.1	192.5	213.9	11.31	42	0.9	0.1
			塩			0.18				0.02	0	0.0	0.0
			精製油(なたね)[揚]			4.80	14.1			3.11	44	0.0	4.8
		太平煮	春雨(カット)			9.00				4.86	31	0.0	0.0
			豚肉(モモスライス細切り)			20.00				22.80	37	4.1	2.0
			[冷]いか(かのご短冊)			5.00				8.15	4	0.9	0.1
			[冷]むきえび			5.00				5.40	4	0.9	0.0
			うずら卵(水煮)	1kgパック		15.00				12.75	27	1.7	2.1
			人参			10.00	10.5	35.0	36.8	2.53	4	0.1	0.0
			玉ねぎ			10.00	11.1	35.0	38.9	1.67	4	0.1	0.0
			キャベツ			10.00	13.0	35.0	45.5	2.27	2	0.1	0.0
			きくらげ(カット)			0.50				0.52	1	0.0	0.0
			青ねぎ(中)			3.00	3.2	10.5	11.1	5.87	1	0.0	0.0
			サラダ油(なたね100%)[炒]			0.20				0.05	2	0.0	0.2
			塩			0.27				0.03	0	0.0	0.0
			洋こしょう			0.05				0.05	0	0.0	0.0
			清酒			0.90				0.41	1	0.0	0.0
			濃口しょうゆ			1.80				0.30	1	0.1	0.0
			オイスターソース<缶>			0.40				0.40	0	0.0	0.0
			中華スープの素			0.40				0.23	1	0.0	0.0
			豚骨スープ<レトルトパウチ>	50倍希釈・乳不使用		1.80				1.42	4	0.2	0.2
			水			100.00					0	0.0	0.0
		ごまじゃこ	しらす干し			5.00				16.50	10	2.3	0.2
			白ごま(いり)			3.00				1.77	18	0.6	1.6
			あおさ粉			0.50				0.90	1	0.1	0.0
			三温糖			0.60				0.13	2	0.0	0.0
			本みりん			0.40				0.10	1	0.0	0.0
			清酒			0.60				0.28	1	0.0	0.0
			濃口しょうゆ			0.70				0.12	0	0.1	0.0
		記号ごとの計	**記号ごとの計**	*****		609.10	113.0	308.0	346.2	255.02	782	32.0	21.2

	ト	米飯(麦入り)	精白米 90g			90.00				62.55	322	5.5	0.8
			白麦 9g			9.00				3.41	31	0.6	0.2
		牛乳	牛乳200ml			206.00				45.11	138	6.8	7.8
		さんまの煮付	[冷]さんま1コ45g	高圧処理		45.00				90.00	140	8.3	11.1
			しょうが			0.50	0.6	1.8	2.2	0.61	0	0.0	0.0
			清酒			1.13				0.52	1	0.0	0.0
			三温糖			2.00				0.43	8	0.0	0.0
			濃口しょうゆ			4.50				0.75	3	0.3	0.0
			本みりん			1.13				0.28	3	0.0	0.0
			水			15.00					0	0.0	0.0
		みそ風味肉じゃが	豚肉(カスライス)			25.00				27.50	54	4.6	3.7
			じゃがいも(M以上)			65.00	72.2	227.5	252.8	13.36	49	1.0	0.1
			こんにゃく(角)	ボ		30.00				13.80	2	0.0	0.0
			人参			25.00	26.3	87.5	92.1	6.32	9	0.2	0.0
			玉ねぎ			35.00	38.9	122.5	136.1	5.83	13	0.4	0.0
			[冷]さやいんげん	国産		5.00				4.10	1	0.1	0.0
			サラダ油(なたね100%)[炒]			0.30				0.08	3	0.0	0.3
			三温糖			2.80				0.61	11	0.0	0.0
			塩			0.10				0.01	0	0.0	0.0
			清酒			1.00				0.46	1	0.0	0.0
			濃口しょうゆ			4.70				0.78	3	0.4	0.0
			赤だしみそ			2.50				0.75	5	0.4	0.3
		枝豆	[冷]枝豆	国産		22.00	40.0			28.60	35	2.9	1.7
			塩	ポイル用		0.20				0.02	0	0.0	0.0
			塩	ふり塩用		0.20				0.02	0	0.0	0.0
		記号ごとの計	**記号ごとの計**	*****		593.06	178.0	439.3	483.2	305.90	832	31.5	26.0

		区分ごとの計	**区分ごとの計**	*****		1202.16	291.0	747.3	829.4	560.92	1614	63.5	47.2