2026年11月 4日 水曜日

献立名／食品名	内容量 g	一人分量 単位	切り方	調 理 方 法 等
【チーズパン】				パン箱・パンばさみ・平皿
★チーズパン40ｇ	64.00	1.00 個	1・2年	
★チーズパン50ｇ	81.00	1.00 個	3・4年	
★チーズパン60ｇ	97.00	1.00 個	5年～	
【冬野菜とマカロニのグラタン】				①ガラでスープをとる
米サラダ油		0.38 g		②米粉、バター、サラダ油を炒め、
鶏モモコマ		11.48 g		ホワイトルウをつくる
白ワイン		0.57 g		③油で鶏肉を炒め、白ワインを加え
玉葱		48.56 g	横ｰｽﾗｲｽ	玉葱、人参を加え炒め、塩、こしょ
にんじん		11.14 g	いちょう	うで味付けする
塩		0.55 g		③ガラスープを加え、煮る
こしょう		0.03 g		④じゃがいも、チーズを加えて煮る
ガラスープ		33.49 g	ガラスープ	⑤牛乳、ルウを入れて、さらによく
じゃがいも		17.22 g	1.5cm角	煮込み、茹でたマカロニを加える
★ダイスチーズ		0.96 g		⑥生クリームを加える
★牛乳		38.27 g		⑦グラタン皿に盛り、ブロッコリー
米粉		5.74 g	ルウ	とピザチーズをのせて焼く
★バター		2.58 g	ルウ	※ブロッコリーは下ゆでしておく
米サラダ油		0.48 g	ルウ	（220℃　40%　10分）
★マカロニ		11.48 g	下茹で	
★生クリーム		1.91 g		
ブロッコリー		12.44 g	小房ﾆﾜｹﾙ	
★ピザチーズ		11.48 g		
ベーキングトレー（小判4-2中）	1.00	1.00 枚		
【カルボナード風スープ】				①豚角とにんにく、セロリを炒め、
米サラダ油		0.19 g		ワインをふり、塩胡椒を1/8位と水
★ベーコン短冊切り		2.87 g		を入れて煮込む。煮汁も使う
玉葱		55.76 g	横ｰ1cm幅	②ベーコン、玉葱をよく炒める
にんじん		11.14 g	いちょう	人参を加えて炒める
水		47.84 g	ガラスープ	③②にガラスープを加え、ホールト
冷凍ガラ（チキン）		1.91 g	ガラスープ	マト等と調味料を入れる
ベーリーフ粉		0.01 g	ガラスープ	④①の豚肉と、パプリカを加えコト
セロリー(ガラ)		0.00 g	ガラスープ	コトと煮る
塩		0.55 g		⑤水とき米粉ををを入れる
こしょう		0.02 g		
ホールトマト缶詰		16.82 g	ほぐす	
トマトピューレ		4.78 g		
エリンギ		7.04 g	小いちょう	
三温糖		0.48 g		
中濃ソース		2.39 g		
ウスターソース		0.77 g		
米サラダ油		0.29 g		
豚肩角切り		17.22 g	２cm角	
にんにく		0.31 g	おろす	
セロリー		1.72 g	スライス	
赤ワイン		0.96 g		
水		19.14 g		
パプリカ(粉)		0.02 g		
米粉		0.96 g	水溶き	