

献立予定(実施)表

赤字は別紙に成分を記載しております
 ※成分表に記載されていないアレルギー製品については青枠で記載しております

日付	料理名	食品名	分量g
2019/1/8	豆腐ハンバーグ30g	豆腐ハンバーグ30g	30
		Jオイル 大豆白絞油	3
2019/1/8	野菜あんかけ	キャベツ (生)	6
		たまねぎ(生)	6
		にんじん(皮つき生)	2.5
		乾しいたけ(乾)	0.3
		絹さや	3
		Jオイル 大豆白絞油	1
		NKR かつお風味だし	0.14
		食塩	0.2
		こいくちしょうゆ	0.69
		片栗粉	1
2019/1/8	大根サラダ	大根 10k(根皮つき生)	20
		にんじん(皮つき生)	2.8
		カーネルコーン	2.6
		ミツカン酢	0.6
		Jオイル キャノーラ油	1.3
		食塩	0.08
		白こしょう	0.01
		コンソメゴールド	0.05
		ヤマサ 日東味の精	0.05
2019/1/8	りんごの三角包み揚げ15g	りんごの三角包み揚げ	15
		Jオイル 大豆白絞油	5
2019/1/8	ひじきごはんの素	ひじきごはんの素	19
2019/1/8	ご飯	水稲穀粒	65
2019/1/9	ベイクドエッグパンプキン	ベイクドエッグパンプキン	30
		Jオイル 大豆白絞油	2
2019/1/9	千キャベツ	キャベツ (生)	10
2019/1/9	ブロッコリーマヨサラダ	ミニブロッコリー	12
		たまねぎ(生)	5
		カーネルコーン	2
		にんじん(皮つき生)	2.75
		CSマヨネーズ	6
		食塩	0.07
		白こしょう	0.01
		ヤマサ 日東味の精	0.07
		コンソメゴールド	0.05
2019/1/9	カットオレンジ	パレンシアオレンジ	20
2019/1/9	ミニバターロール	ミニバターロール	20
2019/1/9	プチメロンパン	プチメロンパン	20
2019/1/9	マーガリン	植物リノール	8
2019/1/9	ポテトスープ	じゃがいも (生)	21
		にんじん(皮つき生)	6
		たまねぎ(生)	14
		ベーコン短冊	4
		ほうれん草カット	2
		逸品中華がらスープ(ポーク&チキン)	3
		食塩	0.3
		白こしょう	0.01
		こいくちしょうゆ	0.8

2019/1/10	カレー	豚もも小間 じゃがいも (生) たまねぎ(生) にんじん(皮つき生) Jオイル 大豆白絞油 バーモントカレー(固形) キッコー おろしりんご	6 7 12 3 1 12 1.3
2019/1/10	ツナサラダ	キャベツ (生) ライトツナフレーク 油漬 きゅうり (生) たまねぎ(生) にんじん(皮つき生) Jオイル 大豆白絞油 ミツカン酢 食塩 白こしょう	25 13 10 6 3 1.6 0.7 0.1 0.02
2019/1/10	ご飯	水稻穀粒(精白米)	65
2019/1/11	サバのカレーパン粉焼き30g	サバ切身(骨取り) カレーパン粉ミックス Jオイル 大豆白絞油	30 5 4
2019/1/11	バンサンスー	キャベツ (生) 緑豆春雨 きゅうり (生) にんじん 卵 ソーセージ短冊 Jオイル 大豆白絞油 ミツカン酢 三温糖 ヤマサ濃口醤油 純正ごま油	10 1.75 4 2.5 5 1.2 1 1 2 1 0.39
2019/1/11	たこ焼き20g	たこ焼き20g Jオイル 大豆白絞油	20 5
2019/1/11	ごましおご飯	ごましお	0.8
2019/1/11	ご飯	水稻穀粒(精白米)	65
2019/1/11	けんちん汁	里芋 大根(根皮つき生) ささがきごぼう にんじん(皮つき生) 白板こんにゃく 冷凍豆腐サイコロカット 根深ねぎ(生) Jオイル 大豆白絞油 NKR かつお風味だし 合成清酒なわのれんしだれ 食塩 こいくちしょうゆ	14 14 5 5 6 7 2 1 2 6 0 6.6

2019/1/15	具たっぷり中華ミニ春巻き35g	具たっぷり中華ミニ春巻き35g Jオイル 大豆白絞油	35 5
2019/1/15	焼きそば	業務用焼きそば キャベツ(生) 牛豚合挽き肉 Jオイル 大豆白絞油 中濃ソース ヤマサ 日東味の精	12 6 2 3 2.8 0.5
2019/1/15	マーボー豆腐	Sサイズ絹豆腐ダイスカット 根深ねぎ(生) グリーンピース 麻婆ソース(挽肉入)	26 3 1.6 3.8
2019/1/15	チーズ餃子11g	チーズ餃子 11g Jオイル 大豆白絞油	11 3
2019/1/15	冷凍鶏そばろ 和風タイプ	冷凍鶏そばろ 和風タイプ	10
2019/1/15	ご飯	水稻穀粒(精白米)	65
2019/1/16	キャベツスープ	キャベツ(生) たまねぎ(生) にんじん(皮つき生) 理研 コンソメゴールド 食塩 白こしょう	30 22 15 2.4 0.03 0.03
2019/1/17	つくね小判30g	つくね小判30g Jオイル 大豆白絞油	30 2
2019/1/17	ミックスベジタブル	ミックスベジタブル カーネルコーン 食塩 こしょう(混合粉) 理研 コンソメゴールド	15 8 0.35 0.01 0.05
2019/1/17	野菜炒め	キャベツ(生) たまねぎ(生) にんじん(皮つき生) ベーコン短冊 インド産いんげんカット Jオイル 大豆白絞油 食塩 白こしょう コンソメゴールド	12 5.6 2.4 2.4 4 2.4 0.22 0.03 0.4
2019/1/17	厚焼き卵	チルド厚焼き	16.7
2019/1/17	たらこふりかけ	たらこふりかけ	2.5
2019/1/17	ご飯	水稻穀粒(精白米)	65

2019/1/18	オムレツフライ30g	オムレツフライ30g Jオイル 大豆白絞油	30 4
2019/1/18	白スパ	コルノスパゲティーフルーハーフ1.7m Jオイル 大豆白絞油 塩たれ	6 1 5
2019/1/18	ポテトサラダ	じゃが芋乱切り ソーセージスライス たまねぎ(生) きゅうり(生) にんじん(皮つき生) CSマヨネーズ 食塩 白こしょう コンソメゴールド 日東味の精	18 2.5 2.5 1.5 4 4 0.02 0 0.04 0.02
2019/1/18	ミートボール(ナポリタン)	ミートボール(ナポリタン)	18
2019/1/18	サケフレーク	サケフレーク	8
2019/1/18	ご飯	水稻穀粒(精白米)	65
2019/1/18	ワンタンスープ	ワンタン(肉入り) 青梗菜カット 根深ねぎ(生) にんじん(皮つき生) 逸品中華がらスープ(ホーク&チキン) ヤマサ濃口醤油 食塩 白こしょう 純正ごま油	20 5 2 4 5 1 0.3 0.01 0.5
2019/1/21	マーボー丼	Sサイズ絹豆腐ダイスカット 豚挽肉 根深ねぎ(生) グリーンピース 麻婆ソース(挽肉入)	140 6.75 17.13 8.58 17.1
2019/1/21	ブロッコリーサラダ	ミニブロッコリー たまねぎ(生) カーネルコーン にんじん(皮つき生) Jオイル キャノーラ油 ミツカン酢 食塩 白こしょう	35 4 16 8 1.2 0.7 0.2 0.02
2019/1/21	ご飯	水稻穀粒(精白米)	65

2019/1/22	鶏の照焼き	鶏もも切身皮なし こいくちしょうゆ 三温糖 芳醇本みりん 合成清酒なわのれんしだれ桜 おろし生姜 Jオイル 大豆白絞油	35 2 3 2.5 2.5 0.3 1
2019/1/22	ミックスベジタブル	ミックスベジタブル カーネルコーン 食塩 25k こしょう(混合粉) コンソメゴールド	15 8 0.35 0.01 0.05
2019/1/22	大根と豚肉煮	大根(根皮つき生) 豚もも小間 にんじん(皮つき生) インド産いんげんカット NKR かつお風味だし 芳醇本みりん 三温糖 こいくちしょうゆ	13 4 2 1.3 0.13 0.13 0.4 1
2019/1/22	黄桃缶 約5粒	黄桃アイス 缶	12.85
2019/1/22	野菜ふりかけ1.5g	野菜ふりかけ	1.5
2019/1/22	ご飯	水稲穀粒(精白米)	65
2019/1/23	やわらかチーズハンバーグ40g	やわらかチーズハンバーグ40g Jオイル 大豆白絞油	40 3
2019/1/23	白スパ	コルノスパゲティブルーハーフ1.7m Jオイル 大豆白絞油 塩たれ	6 1 5
2019/1/23	蒸し鶏サラダ	キャベツ(生) 蒸し鶏ほぐし きゅうり(生) たまねぎ(生) にんじん(皮つき生) ごまクリームドレッシング	8 5 3 2.2 1.6 3
2019/1/23	星型ポテト 11g	星型ポテト Jオイル 大豆白絞油	11.1 5
2019/1/23	ミニバターロール	ミニバターロール	40
2019/1/23	いちごジャム&マーガリン	いちご&マーガリン	11
2019/1/23	コーンポタージュ	(冷)クリームコーン 普通牛乳 有塩バター 食塩 逸品中華がらスープ(ホーク&チキン) ホワイトルウ	52 45 1 0 15 13.5

2019/1/24	ピーマン肉詰めフライ40g	ピーマン肉詰めフライ40g Jオイル 大豆白絞油	40 5
2019/1/24	リーフレタス千切り	リーフレタス(生)	3.6
2019/1/24	シーザーサラダ	キャベツ(生) レタス(生) きゅうり(生) にんじん(皮つき生) サラダサポート シーザードレッシング	15 4 4 4 5
2019/1/24	えび団子(青のり)20g	えび団子(青のり)20g Jオイル 大豆白絞油16.5k	20 5
2019/1/24	たまごそばろ	焼きたまごそばろ	10
2019/1/24	ご飯	水稻穀粒(精白米)	65
2019/1/25	チキンカレー	鶏もも小間 じゃがいも(生) たまねぎ(生) にんじん(皮つき生) Jオイル 大豆白絞油 バーモントカレー(固形) キッコー おろしりんご	6 7 12 3 1 12 1.3
2019/1/25	コーンサラダ	キャベツ(生) レタス(生) きゅうり(生) カーネルコーン ミツカン酢 食塩 Jオイル キャノーラ油 白こしょう 理研 コンソメゴールド ヤマサ 日東味の精	10.5 5.6 4.2 2.8 1.12 0.56 1.12 0.01 0.02 0.15
2019/1/25	一口マグロカツ(タルタル)19g	一口まぐろカツ(タルタル)19g Jオイル 大豆白絞油	19 5
2019/1/25	プチプリン	プチプリン20g	20
2019/1/25	ご飯	水稻穀粒(精白米)	65
2019/1/25	卵スープ	たまねぎ(生) にんじん(皮つき生) 冷凍チンゲン菜 卵 食塩 白こしょう コンソメ Jオイル キャノーラ油	14 4 6 16 0.05 0.05 1 0.05

2019/1/28	ひじきコロッケ30g	ひじきコロッケ30g Jオイル 大豆白絞油	30 5
2019/1/28	千キャベツ	キャベツ(生)	10
2019/1/28	いんげんの胡麻和え	インド産いんげんカット 白すりごま 上白糖 こいくちしょうゆ	18 1.7 1.8 2.6
2019/1/28	豆乳入五目シシヨ花形15g	豆乳入り五目シシヨ花形15g 合成清酒なわのれんしだれ桜 食塩 芳醇本みりん NKR かつお風味だし 水	15 0.17 0.05 0.1 0.05 5
2019/1/28	五目ごはん	炊き込み五目釜めし	21.5
2019/1/28	ご飯	水稻穀粒(精白米)	65
2019/1/29	サクサク海老ハンペンプチ三角型30g	サクサク海老ハンペンプチ三角型30g Jオイル 大豆白絞油	30 5
2019/1/29	リーフレタス千切り	リーフレタス(生)	3.6
2019/1/29	ポテトサラダ	じゃが芋乱切り ソーセージスライス たまねぎ(生) きゅうり(生) にんじん(皮つき生) CSマヨネーズ 食塩 白こしょう コンソメゴールド ヤマサ 日東味の精	18 2.5 2.5 3 4 4 0.02 0 0.04 0.02
2019/1/29	いちごプチシュー約9g	業務用いちごプチシュー約9g	8.75
2019/1/29	たらこフレーク	丸美屋たらこ粒子	2.5
2019/1/29	ご飯	水稻穀粒(精白米)	65
2019/1/30	ミネストローネ	ベーコン短冊 じゃがいも(生) たまねぎ(生) にんじん(皮つき生) シェルマカロニ(サンマーク) トマトピューレー Jオイル キャノーラ油 逸品中華がらスープ(ホーク&チキン) 食塩 白こしょう	6 24 24 18 6 12 1.2 12 0.8 0.06

2019/1/31	ふっくらチキントマトオムレツ30g	ふっくらチキントマトオムレツ Jオイル 大豆白絞油	30 2
2019/1/31	マカロニソテー	マカロニ たまねぎ(生) Jオイル 大豆白絞油 塩たれ	8 5 2 4
2019/1/31	かにしぐれサラダ	かに風味蒲鉾 キャベツ(生) きゅうり(生) カーネルコーン ミツカン酢 Jオイル キャノーラ油 食塩 白こしょう コンソメゴールド	4 10 3.5 2 0.5 1 0.3 0.03 0.3
2019/1/31	ロールキャベツ20g	ロールキャベツ20g 理研 コンソメゴールド 食塩 白こしょう 逸品中華がらスープ(ホーク&チキン)	20 0.5 0.25 0.02 0.1
2019/1/31	おかかふりかけ1.5g	おかかふりかけ1.5g	1.5
2019/1/31	ご飯	水稻穀粒(精白米)	65