[調理室手配表]

人数	1年	2年	3年	4年	5年	6年	中1年	中2年	中3年	職員	合計	換算人	行事等	
	90	97	98	90	114	82	92	104	92	96				955
献立名/食品名		内容量 g	一人分量 単位	使用量 単位	発注量 単位	業者	切り方	熱 調理方法等						
【牛乳】														小学校分はクラスごとに数えて配送
	牛乳	206.00	1.00 本	955.00 本	955.00 本									
【三色そばろご飯】														①ご飯は水を(800g/釜)減らし、 * 醤油を(200cc/釜)加えて炊く。 * * ②具を煮て、ポイルした炒り卵と一 * 諸に①と混ぜて、計量配缶。
	水稻穀粒(精白米)		55.96 g	56.00 Kg	56.00 Kg									
	強化米		0.50 g	0.50 Kg	0.50 Kg									
	こいくちしょうゆ		1.70 g	1.70 Kg	1.70 Kg									
	鶏若鶏肉ひき肉		19.99 g	20.00 Kg	20.00 Kg									*
	豚ひき肉		14.99 g	15.00 Kg	15.00 Kg									*
	むきえだまめ(冷凍)		5.00 g	5.00 Kg	5.00 Kg									*
	こいくちしょうゆ		3.00 g	3.00 Kg	3.00 Kg									*
	三温糖		2.50 g	2.50 Kg	2.50 Kg									*
	おろししょうが		1.00 g	1.00 Kg	1.00 Kg									*
	清酒(上撰)		1.00 g	1.00 Kg	1.00 Kg									*
	本みりん		1.00 g	1.00 Kg	1.00 Kg									*
	★炒り卵		9.99 g	10.00 Kg	10.00 Kg									*
【鮭のマヨネーズ焼き】														①鮭と玉葱に調味料を混ぜ合わせて *、アルミカップに入れる。パン粉と * パセリを振りかけて蒸し焼きにする * (180℃20分目安)。数えて配缶。
	★しろさけ		44.97 g	45.00 Kg	45.00 Kg									
	◎マヨネーズ(全卵型)		7.95 g	7.96 Kg	8.00 Kg									
	玉葱		22.54 g	24.00 Kg	24.00 Kg		スライス							
	コンソメ		0.50 g	0.50 Kg	0.50 Kg									*
	食塩		0.10 g	0.10 Kg	0.10 Kg									*
	白こしょう		0.01 g	0.01 Kg	0.01 Kg									*
	パセリ(乾)		0.10 g	0.10 Kg	0.10 Kg									*
	パン粉(乾燥)		0.50 g	0.50 Kg	0.50 Kg									*
	アルミカップ		1.00 g	1.00 Kg	1.00 Kg									*
【子ぎつねサラダ】														①キャベツ、ほうれん草、にんじん * は茹でて真空冷却。 * ②油揚げは、スチコンで焼いて(18 * 0℃15分)粗熱が取れたら冷蔵庫へ * 。 * ③調味料で和えて配缶。
	キャベツ		30.58 g	36.00 Kg	36.00 Kg		1.5cm幅							
	ほうれん草(冷凍)		14.99 g	15.00 Kg	15.00 Kg									
	油揚げ(刻み)		3.00 g	3.00 Kg	3.00 Kg									
	にんじん		3.88 g	4.00 Kg	4.00 Kg		せん切り							
	★かつお加工品(削り節)		1.00 g	1.00 Kg	1.00 Kg									
	おろししょうが		0.40 g	0.40 Kg	0.40 Kg									
	食塩		0.10 g	0.10 Kg	0.10 Kg									
	穀物酢		2.00 g	2.00 Kg	2.00 Kg									
	うすくちしょうゆ		2.00 g	2.00 Kg	2.00 Kg									
	ごま油		0.50 g	0.50 Kg	0.50 Kg									
	三温糖		0.30 g	0.30 Kg	0.30 Kg									
【具汁】														①だしをとり、にんじん、玉ねぎ、 * さつま揚げ、じゃが芋を入れて煮る * 。 * ②味噌を溶き入れ、ミキサーにかけ * た大豆と、ネギを入れ、和風だしで * 味を調える(22.5cm仕上げ)。 * 配缶。
	大豆(国産、ゆで)		15.99 g	16.00 Kg	16.00 Kg									
	じゃがいも		17.99 g	20.00 Kg	20.00 Kg		コロコロ							
	玉葱		28.18 g	30.00 Kg	30.00 Kg		スライス							
	にんじん		7.75 g	8.00 Kg	8.00 Kg		いちょう							
	★さつま揚げ		7.99 g	8.00 Kg	8.00 Kg		短冊切り							
	ねぎ		6.00 g	10.00 Kg	10.00 Kg		小口切り							
	米みそ(淡色辛みそ)		4.00 g	4.00 Kg	4.00 Kg									*
	米みそ(赤色辛みそ)		4.00 g	4.00 Kg	4.00 Kg									*
	煮干し(だし用)		3.00 g	3.00 Kg	3.00 Kg									*
	顆粒風味調味料		0.49 g	0.49 Kg	0.49 Kg									*
【果物(りんご)】														りんご分割機を使用。芯がうまく取 れなかったときは、包丁で切り落と す。切ったら塩水にくぐらせて、数 えて配缶。
	◎りんご 36玉	234.00	0.17 個	162.35 個	163.00 個		6つ割							
	食塩		0.01 g	0.01 Kg	0.01 Kg									
	水		0.00 g	0.00 Kg	0.00 Kg									

※アレルギー食品には記号を表示しています

[調理室手配表]

人数	1年	2年	3年	4年	5年	6年	中1年	中2年	中3年	職員				合計	換算人	行事等
	90	97	98	90	114	82	92	104	92	96				955	1000.67	
献立名/食品名		内容量 g	一人分量 単位	使用量 単位	発注量 単位	業者	切り方	調理方法等								
【牛乳】		小学校は、クラスごとに数えて配送														
牛乳		206.00	1.00 本	955.00 本	955.00 本											
【セサミトースト】		グラニュー糖とマーガリンを混ぜ合														
食パン		58.70	1.00 個	955.00 個	955.00 個			* わせてパンに塗り、すりごまを付け								
グラニュー糖			3.00 g	3.00 Kg	3.00 Kg			* て焼く(180℃ 7分目安)。								
ソフトタイプマーガリン			6.00 g	6.00 Kg	6.00 Kg			* 数えて配缶。								
★すりごま(白)			4.00 g	4.00 Kg	4.00 Kg			*								
【鶏肉のトマトソース】		①鶏肉にニンニクと酒をまぶし、片														
鶏若鶏肉胸(皮なし) 40g		40.00	1.00 個	571.00 個	571.00 個			* 粟粉をつけて油で揚げる(180℃7分								
鶏若鶏肉胸(皮なし) 50g		50.00	1.00 個	384.00 個	384.00 個			* 目安)								
おろしにんにく			0.40 g	0.40 Kg	0.40 Kg			* ②ケチャップ、チリソース、コンソ								
清酒(上撰)			1.00 g	1.00 Kg	1.00 Kg			* メ、三温糖、水を加熱してソースを								
かたくり粉			3.00 g	3.00 Kg	3.00 Kg			* 作る(ティルティング3.5センチ)								
米ぬか油			2.00 g	2.00 Kg	2.00 Kg			* ③①に②をからめ、数えて配缶。								
トマトケチャップ			8.99 g	9.00 Kg	9.00 Kg			*								
トマトチリソース			2.00 g	2.00 Kg	2.00 Kg			*								
コンソメ			0.20 g	0.20 Kg	0.20 Kg			*								
三温糖			0.70 g	0.70 Kg	0.70 Kg			*								
水			0.00 g	0.00 Kg	0.00 Kg			*								
【・切り干し大根サラダ】		①切り干し大根は水戻しした後、ゆ														
切干しだいこん			5.00 g	5.00 Kg	5.00 Kg			* でて真空冷却								
★糸かまぼこ			4.00 g	4.00 Kg	4.00 Kg			* ②糸かまぼこは袋ごと茹で(30分目								
きゅうり			11.75 g	12.00 Kg	12.00 Kg		小口切り	安)、ほぐして真空冷却								
ブロッコリー			4.50 g	9.00 Kg	9.00 Kg		小房に分カ	* ③ブロッコリーは手切りで小房にす								
にんじん			2.91 g	3.00 Kg	3.00 Kg		せん切り	る。芯もスライサーでスライスして								
★野菜いっぱい和風ドレッシング			7.99 g	8.00 Kg	8.00 Kg			使用。茹でて真空冷却								
								④きゅうりとにんじんは切った後も								
								微酸性水に通して水洗いする。								
								⑤材料をドレッシングで和えて配缶								
								。								
【コンソメスープ】		豚肉、にんじん、しめじ、じゃが芋														
豚モモ(脂身付き)			14.99 g	15.00 Kg	15.00 Kg			* 、キャベツ、の順に煮て調味し、卵								
★冷凍液卵			13.99 g	14.00 Kg	14.00 Kg			* を溶き入れほうれん草を加えて仕上								
にんじん			4.85 g	5.00 Kg	5.00 Kg		いちよう	* げる。(22.5cm仕上げ)配缶。								
ほうれんそう(冷凍)			14.99 g	15.00 Kg	15.00 Kg			*								
キャベツ			22.09 g	26.00 Kg	26.00 Kg		1.5cm幅	*								
カットぶなしめじ			7.99 g	8.00 Kg	8.00 Kg			*								
じゃがいも			19.79 g	22.00 Kg	22.00 Kg		コロコロ	*								
コンソメ			2.00 g	2.00 Kg	2.00 Kg			*								
食塩			0.10 g	0.10 Kg	0.10 Kg			*								
白こしょう			0.02 g	0.02 Kg	0.02 Kg			*								
【フルーツヨーグルト和え】		三温糖とホイップクリームをヨーグ														
ヨーグルト(全脂無糖)			39.97 g	40.00 Kg	40.00 Kg	八ヶ岳		ルトとよく混ぜ合わせ、汁気をきつ								
みかん缶(1.7k)			13.59 g	8.00 缶	8.00 缶	東栄		た果物と一緒に和えて配缶。								
★パイナップル缶詰(果肉のみ)			14.39 g	8.00 缶	8.00 缶	東栄										
★黄桃(缶詰果肉)			13.99 g	8.00 缶	8.00 缶	甲信										
三温糖			3.00 g	3.00 Kg	3.00 Kg											
ホイップクリーム(1000ml)			1.70 g	5.00 本	5.00 本	甲信										

※アレルギー食品には記号を表示しています