食物アレルギー対応確認用詳細献立表

月　日　月曜日			月　日　火曜日			月　日　水曜日			月　日　木曜日			11月1日　金曜日		
												牛乳 栗とさつまいものごはん ますのしおやき 豚肉とごぼうの甘辛煮 すまし汁		
食品名	小分量	備考	食品名	小分量	備考	食品名	小分量	備考	食品名	小分量	備考	食品名	小分量	備考
												飲用牛乳	206.00	
												白米	63.00	
												ｻﾗﾀﾞ油	0.10	
												食塩	0.15	
												清酒	0.50	
												水	75.60	
												生むき栗1／4	10.00	
												さつまいも	10.00	
												黒炒りごま	1.50	
												ます一塩	40.00	
												植物油	1.00	
												豚肉	15.00	
												ごぼう	20.00	
												人参	10.00	
												こんにゃく	15.00	
												さやいんげん	5.00	
												清酒	1.08	
												しょうゆ	2.35	
												砂糖	1.25	
												みりん	2.15	
												だし汁	3.00	
												とり肉	10.00	
												人参	5.00	
												大根	15.00	
												ナルト	8.00	★
												豆腐	20.00	
												小松菜	10.00	
												わかめ	5.00	
												長葱	10.00	
												混合節	4.00	
												昆布	0.15	
												水	90.00	
												しょうゆ	3.00	
												食塩	0.40	
												清酒	1.00	
												みりん	1.50	

食物アレルギー対応確認用詳細献立表

11月4日		月曜日	11月5日		火曜日	11月6日		水曜日	11月7日		木曜日	11月8日		金曜日
振替休日			牛乳 中華丼 （クラスで配膳時にごはんの上に中華あんをかけます） わかめスープ 杏仁豆腐			牛乳 黒糖パン ハンバーグみりんマスタードソース コーンポテト ミネストローネ			牛乳 鶏肉と青ねぎのピラフ たらのバーベキューソースがけ 塩豚とじゃが芋のスープ いちごヨーグルト			牛乳 すきやき丼 （クラスで配膳時にごはんの上にすき焼き煮をのせます） 大根と油揚げの味噌汁 かみかみさつまごぼう		
食品名	小分量	備考	食品名	小分量	備考	食品名	小分量	備考	食品名	小分量	備考	食品名	小分量	備考
			飲用牛乳	206.00		飲用牛乳	206.00		飲用牛乳	206.00		飲用牛乳	206.00	
			白米	67.00		黒糖パン	50.00	★	白米	60.00		白米	67.00	
			ｻﾗﾀﾞ油	0.10		水	25.00		ｻﾗﾀﾞ油	0.10		ｻﾗﾀﾞ油	0.10	
			水	80.40					水	72.00		水	80.40	
			豚肉	20.00		ﾊﾝﾊﾞｰｸﾞ	40.00	★	鶏肉	20.00		豚肉	25.00	
			清酒	0.70		みりん	2.00		白ワイン	1.00		ｻﾗﾀﾞ油	0.50	
			しょうが	0.60		食塩	0.05		人参	10.00		清酒	0.50	
			ｻﾗﾀﾞ油	0.60		こしょう	0.01		青ねぎ	8.00		人参	10.00	
			いか	10.00		粒ﾏｽﾀｰﾄﾞ	0.35	★	ｻﾗﾀﾞ油	0.50		白滝	25.00	
			清酒	0.70		生クリーム	4.00	★	コンソメ	0.50	★	玉葱	35.00	
			人参	10.00					食塩	0.50		押しどうふ	35.00	
			玉葱	30.00		じゃが芋	60.00		こしょう	0.03		干ししいたけ	0.35	
			白菜	30.00		ベーコン	4.00	★				長葱	10.00	
			ナルト	7.00	★	ｻﾗﾀﾞ油	0.40		たら	40.00		しょうゆ	2.70	
			たけのこ	10.00		とうもろこし	16.00		片栗粉	4.00		三温糖	1.70	
			ﾁﾝｹﾞﾝｻｲ	10.00		食塩	0.20		大豆白絞油・サラダ油	4.00		みりん	1.60	
			食塩	0.20		こしょう	0.02		にんにく	0.20		清酒	1.60	
			こしょう	0.02					しょうが	0.20		かつおだし	0.15	★
			砂糖	0.15		オリーブ油	0.50		長葱	1.00		だし汁	14.00	
			しょうゆ	2.00		にんにく	0.30		砂糖	1.30				
			NEWｺｸ鶏ｽｰﾌﾟ	1.50	★	ウィンナー	10.00	★	しょうゆ	1.60		人参	7.00	
			中華ｽｰﾌﾟｽﾄｯｸ	0.50	★	人参	8.00		清酒	0.60		大根	20.00	
			ごま油	0.30		玉葱	16.00		トウバンジャン	0.10	★	油揚げ	5.00	
			水	10.00		セロリ	4.00		和梨ピューレ	5.00	★	小松菜	10.00	
			片栗粉	2.00		キャベツ	16.00					わかめ	5.00	
						マカロニ	4.00		豚肉	20.00		青ねぎ	5.00	
			ベーコン	7.00	★	いんげん豆	8.00		食塩	0.20		混合節	3.00	
			清酒	0.80		トマト水煮缶	12.00		白ワイン	1.00		昆布	0.30	
			人参	8.00		ﾄﾏﾄﾋﾟｭｰﾚ	4.00		じゃが芋	30.00		水	100.00	
			玉葱	16.00		コンソメ	0.70	★	玉葱	15.00		かつおだし	0.15	★
			豆腐	20.00		食塩	0.50		人参	5.00		白味噌	3.70	
			わかめ	5.00		砂糖	0.24		かぶ	15.00		赤味噌	4.00	
			長葱	8.00		こしょう	0.02		かぶ葉	5.00				
			小松菜	8.00		ローリエ	0.01		コンソメ	0.40	★	さつまいも	30.00	
			中華ｽｰﾌﾟｽﾄｯｸ	0.50	★	水	93.00		水	90.00		ごぼう	23.00	
			水	120.00					食塩	0.30		片栗粉	5.40	
			食塩	0.50					こしょう	0.03		大豆白絞油・サラダ油	5.40	
			こしょう	0.03					しょうゆ	2.00		白炒りごま	1.50	
			しょうゆ	0.50								砂糖	0.35	
			ごま油	0.20					いちごﾖｰｸﾞﾙﾄ	70.00	★	水あめ	4.20	
												しょうゆ	1.50	
			ﾔﾜﾗｶ杏仁豆腐	30.00	★							みりん	0.60	
			寒天シロップ	8.00	★							清酒	1.10	
			りんご缶詰	8.00								水	2.30	
			みかん缶	8.00										
			黄桃缶詰	20.00										
			パイン缶詰	20.00										
			砂糖	2.40										
			水	24.00										

食物アレルギー対応確認用詳細献立表

11月11日　月曜日

牛乳
豚肉と大豆の中華ライス
鯖のチリソースがけ
ワンタンスープ

食品名	小分量	備考
飲用牛乳	206.00	
白米	60.00	
ｻﾗﾀﾞ油	0.10	
水	72.00	
ｻﾗﾀﾞ油	0.50	
豚肉	15.00	
にんにく	0.56	
しょうが	0.63	
清酒	0.70	
人参	7.00	
だいず	10.00	
長葱	10.00	
中華ｽｰﾌﾟｽﾄｯｸ	0.20	★
しょうゆ	1.50	
食塩	0.20	
こしょう	0.02	
ごま油	0.20	
さば	40.00	
片栗粉	4.00	
大豆白絞油・サラダ油	4.00	
長葱	4.00	
しょうが	0.50	
ｹﾁｬｯﾌﾟ	4.00	
砂糖	0.40	
清酒	1.60	
しょうゆ	0.20	
トウバンジャン	0.01	★
水	5.00	
片栗粉	0.16	
ﾜﾝﾀﾝの皮	10.00	★
鶏肉	10.00	
ｻﾗﾀﾞ油	1.00	
人参	10.00	
ナルト	10.00	★
もやし	15.00	
青ねぎ	5.00	
小松菜	10.00	
中華ｽｰﾌﾟｽﾄｯｸ	0.60	★
水	110.00	
食塩	0.40	
こしょう	0.03	
しょうゆ	0.50	
清酒	1.00	

11月12日　火曜日

牛乳
セルフオムライス
（クラスで配膳時にごはんの上にエッグシートをのせ、各自が食べる時にケチャップをかけます）
米粉のクリームスープ
りんごゼリー

食品名	小分量	備考
飲用牛乳	206.00	
白米	60.00	
ｻﾗﾀﾞ油	0.10	
水	72.00	
鶏肉	15.00	
ｻﾗﾀﾞ油	0.50	
人参	5.00	
玉葱	14.00	
ピーマン	5.00	
コンソメ	0.30	★
ｹﾁｬｯﾌﾟ	9.00	
ﾄﾏﾄﾋﾟｭｰﾚ	7.00	
食塩	0.18	
こしょう	0.02	
ｼｰﾄｴｯｸﾞ	40.00	★
ケチャップ	8.00	
ベーコン	8.00	★
ｻﾗﾀﾞ油	0.50	
白ワイン	0.80	
人参	8.00	
玉葱	16.00	
さつまいも	24.00	
ほうれん草	10.00	
しめじ	8.00	
牛乳	48.00	
米粉	5.20	
食塩	0.60	
コンソメ	0.80	★
こしょう	0.02	
生クリーム	1.50	★
バター	1.50	
水	70.00	
りんごｾﾞﾘｰ	40.00	★

11月13日　水曜日

牛乳
茶めし
おでん
ごま和え
ヨーグルト

食品名	小分量	備考
飲用牛乳	206.00	
白米	67.00	
ｻﾗﾀﾞ油	0.10	
しょうゆ	2.60	
清酒	0.90	
昆布茶	0.08	★
水	80.40	
揚ボール	8.00	★
にんじんさつま	6.00	★
豆ちくわ	7.00	★
いわしボール	9.00	★
がんもどき	9.00	★
ウィンナー	10.00	★
じゃがいも	30.00	
大根	35.00	
こんにゃく	10.00	
結びこんぶ	4.30	★
混合節	2.10	
水	50.00	
しょうゆ	1.80	
食塩	0.10	
みりん	1.00	
清酒	2.00	
人参	10.00	
キャベツ	25.00	
もやし	20.00	
小松菜	10.00	
白炒りごま	1.30	
白すりごま	2.60	
しょうゆ	2.25	
砂糖	0.90	
みりん	0.45	
ソーフル	100.00	★

11月14日　木曜日

牛乳
ツナきのこおろしパスタ
野菜スープ
小松菜マフィン

食品名	小分量	備考
飲用牛乳	206.00	
ｽﾊﾟｹﾞﾃｨｰ	40.00	
ﾊﾟﾗﾊﾟﾗ素	1.50	★
水	20.00	
ﾂﾅﾌﾚｰｸ	25.00	★
オリーブ油	2.00	
大根	40.00	
玉葱	30.00	
えのきたけ	5.00	
ﾏｯｼｭﾙｰﾑ	5.00	
コンソメ	0.35	★
しょうゆ	2.00	
食塩	0.35	
こしょう	0.02	
穀物酢	0.17	
砂糖	1.70	
水	26.00	
ｻﾗﾀﾞ油	0.50	
鶏肉	8.00	
清酒	0.80	
人参	8.00	
玉葱	15.00	
とうもろこし	8.00	
キャベツ	15.00	
コンソメ	0.60	★
食塩	0.40	
しょうゆ	0.50	
こしょう	0.03	
水	120.00	
小麦粉	22.00	
ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ	1.00	★
グラニュー糖	10.00	
たまご(液卵)	16.00	★
バター	8.00	
生クリーム	6.00	★
小松菜	6.00	
マフィンカップ	1.00	

11月15日　金曜日

牛乳
本格マーボー豆腐丼
（クラスで配膳時にごはんの上にマーボー豆腐かけます）
水ぎょうざスープ
みかん

食品名	小分量	備考
飲用牛乳	206.00	
白米	67.00	
ｻﾗﾀﾞ油	0.10	
水	80.40	
冷凍豆腐	60.00	★
ｻﾗﾀﾞ油	0.70	
豆板醤	0.10	★
豚肉	15.00	
清酒	0.70	
にんにく	0.35	
しょうが	0.35	
干ししいたけ	0.15	
刻み大豆	7.00	
たけのこ	10.00	
人参	7.00	
玉葱	15.00	
長葱	14.00	
にら	3.50	
ﾃﾝﾒﾝｼﾞｬﾝ	7.00	★
しょうゆ	2.00	
砂糖	0.20	
中華ｽｰﾌﾟｽﾄｯｸ	0.15	★
ごま油	0.35	
山椒	0.01	
ﾄｳﾁｼﾞｬﾝ	0.15	★
片栗粉	0.90	
水	20.00	
水餃子	30.00	★
人参	8.00	
玉葱	15.00	
キャベツ	15.00	
もやし	15.00	
青ねぎ	5.00	
小松菜	5.00	
中華ｽｰﾌﾟｽﾄｯｸ	0.50	★
水	110.00	
食塩	0.40	
こしょう	0.03	
しょうゆ	0.50	
清酒	1.00	
白炒りごま	1.50	
みかん	80.00	

食物アレルギー対応確認用詳細献立表

11月18日　月曜日

牛乳
食パン　ブルーベリージャム
イカメンチカツ
スパゲッティーソテー
白菜スープ

食品名	小分量	備考
飲用牛乳	206.00	
食パン	50.00	★
水	25.00	
ﾌﾞﾙｰﾍﾞﾘｰｼﾞｬﾑ	15.00	★
イカメンチカツ	40.00	★
大豆白絞油・サラダ油	4.00	
ベーコン	5.60	★
オリーブ油	0.80	
にんにく	0.15	
人参	8.00	
とうもろこし	8.00	
キャベツ	28.00	
ピーマン	8.00	
コンソメ	0.35	★
こしょう	0.02	
食塩	0.25	
ｽﾊﾟｹﾞﾃｨｰ	5.60	
水	2.80	
鶏肉	15.00	
ｻﾗﾀﾞ油	0.50	
白ワイン	0.50	
人参	5.00	
玉葱	15.00	
白菜	15.00	
じゃが芋	20.00	
しめじ	10.00	
水	95.00	
コンソメ	0.60	★
食塩	0.50	
しょうゆ	1.00	
こしょう	0.02	
ローリエ	0.01	

11月19日　火曜日

牛乳
カレーライス
（クラスで配膳時にごはんの上にカレールーかけます）
ツナサラダ
ラ・フランスゼリー

食品名	小分量	備考
飲用牛乳	206.00	
白米	70.00	
ｻﾗﾀﾞ油	0.10	
水	84.00	
ｻﾗﾀﾞ油	0.50	
玉葱	40.00	
ｻﾗﾀﾞ油	0.50	
ｸﾐﾝ	0.01	
にんにく	0.50	
しょうが	0.50	
豚肉	30.00	
赤ワイン	2.00	
人参	20.00	
じゃが芋	45.00	
ｱｯﾌﾟﾙﾋﾟｭｰﾚ	4.00	
ﾁｬﾂﾈ	2.00	★
ｳｽﾀｰｿｰｽ	1.00	
ｹﾁｬｯﾌﾟ	3.00	
ｶﾚｰﾌﾚｰｸ	12.00	★
豆乳バター（ソイレブール）	3.00	★
ｶﾚｰ粉	0.20	
コンソメ	0.20	★
水	60.00	
食塩	0.20	
こしょう	0.03	
マサラマイルド	0.02	
ﾂﾅﾌﾚｰｸ	7.00	★
キャベツ	25.00	
きゅうり	7.00	
人参	7.00	
とうもろこし	14.00	
わかめ	3.50	
白炒りごま	1.50	
レモン	0.70	
ｻﾗﾀﾞ油	1.40	
穀物酢	0.70	
しょうゆ	1.10	
食塩	0.20	
こしょう	0.02	
ﾗ･ﾌﾗﾝｽｾﾞﾘｰ	40.00	★

11月20日　水曜日

牛乳
ソース焼きそば
肉団子の中華スープ
さつまいもと栗のタルト

食品名	小分量	備考
飲用牛乳	206.00	
中華めん	85.00	★
ｻﾗﾀﾞ油	1.00	
豚肉	20.00	
清酒	2.00	
ｻﾗﾀﾞ油	1.00	
人参	10.00	
玉葱	15.00	
キャベツ	20.00	
もやし	15.00	
ピーマン	8.00	
焼きそばｿｰｽ粉末	2.60	★
焼きそばｿｰｽ液体	5.20	★
中濃ソース	0.10	
中華ｽｰﾌﾟｽﾄｯｸ	0.10	★
こしょう	0.01	
人参	5.00	
ﾐｰﾄﾎﾞｰﾙ	30.00	★
玉葱	15.00	
豆腐	20.00	
白菜	15.00	
ﾁﾝｹﾞﾝｻｲ	5.00	
中華ｽｰﾌﾟｽﾄｯｸ	0.50	★
水	95.00	
しょうゆ	0.20	
食塩	0.40	
こしょう	0.03	
ごま油	0.50	
白炒りごま	1.50	
ｻﾂﾏｲﾓとｸﾘのﾀﾙﾄ	30.00	★

11月21日　木曜日

牛乳
菜めしじゃこごはん
厚焼き卵
揚げじゃがいものきんぴら
豆腐の味噌汁

食品名	小分量	備考
飲用牛乳	206.00	
白米	65.00	
ｻﾗﾀﾞ油	0.10	
水	78.00	
菜めし	1.00	★
ちりめんじゃこ	4.00	★
白炒りごま	1.50	
厚焼きたまご	50.00	★
大豆白絞油・サラダ油	3.00	
じゃが芋	40.00	
ｻﾗﾀﾞ油	0.50	
豚肉	10.00	
ごぼう	8.00	
人参	8.00	
こんにゃく	10.00	
さやいんげん	3.00	
砂糖	1.20	
しょうゆ	2.40	
みりん	1.00	
清酒	1.00	
だし汁	2.00	
油揚げ	5.00	
豆腐	20.00	
大根	15.00	
わかめ	5.00	
長葱	10.00	
小松菜	10.00	
混合節	3.00	
昆布	0.10	
水	90.00	
かつおだし	0.15	★
白味噌	3.70	
赤味噌	4.00	

11月22日　金曜日

牛乳
いわしのかばやき丼
（クラスで配膳時にごはんの上にいわしのかばやきのせます）
のり和え
さつまいも豚汁　お米のムースりんご

食品名	小分量	備考
飲用牛乳	206.00	
白米	67.00	
ｻﾗﾀﾞ油	0.10	
水	80.40	
いわし澱粉つき	44.00	
大豆白絞油・サラダ油	4.00	
（じゃがいもを揚げたあとの油を使います）		
しょうゆ	4.00	
砂糖	2.80	
みりん	2.20	
しょうが	0.50	
だし汁	11.00	
小松菜	14.00	
もやし	20.00	
人参	10.00	
キャベツ	20.00	
のり	0.50	★
砂糖	0.90	
しょうゆ	2.70	
ｻﾗﾀﾞ油	0.50	
豚肉	10.00	
清酒	0.80	
人参	5.00	
ごぼう	5.00	
大根	15.00	
さつまいも	20.00	
豆腐	20.00	
長葱	5.00	
青ねぎ	5.00	
混合節	3.00	
昆布	0.15	
白味噌	3.70	
赤味噌	4.00	
水	100.00	
お米のﾑｰｽﾘﾝｺﾞ	30.00	★

食物アレルギー対応確認用詳細献立表

11月25日		月曜日	11月26日		火曜日	11月27日		水曜日	11月28日		木曜日	11月29日		金曜日
牛乳 ガーリックライス にんじんドレッシングサラダ 千葉ゴロゴロ味噌シチュー			牛乳 こぎつねごはん ししゃものカリカリフライ みそ芋煮汁 早香(かんきつ)			牛乳 ピザトースト レモンハニーサラダ チキンポトフ お魚アーモンド			牛乳 ネギ塩豚丼 (クラスで配膳時にごはんの上にねぎ塩豚炒めをのせます) ニラ玉コーンスープ フルーツポンチ(みかんゼリー入り)			牛乳 チャンポンうどん 厚揚げと野菜の煮物 コロコロ大学芋		
食品名	小分量	備考	食品名	小分量	備考	食品名	小分量	備考	食品名	小分量	備考	食品名	小分量	備考
飲用牛乳	206.00		飲用牛乳	206.00		飲用牛乳	206.00		飲用牛乳	206.00		飲用牛乳	206.00	
白米	60.00		白米	60.00		食パン	50.00	★	白米	67.00		冷凍うどん	75.00	★
ｻﾗﾀﾞ油	0.10		ｻﾗﾀﾞ油	0.10		水	25.00		ｻﾗﾀﾞ油	0.10		豚肉	10.00	
水	72.00		しょうゆ	1.30		ｻﾗﾀﾞ油	0.30		水	80.40		清酒	0.70	
ｻﾗﾀﾞ油	0.50		清酒	0.65		ベーコン	5.60	★	豚肉	35.00		にんにく	0.35	
豚肉	15.00		水	72.00		玉葱	16.00		にんにく	0.30		しょうが	0.35	
しょうゆ	1.00		とりにく	10.00		人参	5.00		しょうが	0.30		ｻﾗﾀﾞ油	1.00	
清酒	1.00		清酒	0.65		マッシュルーム	3.00		ｻﾗﾀﾞ油	0.50		いか	7.00	
にんにく	1.00		ｻﾗﾀﾞ油	1.00		ピーマン	7.00		長葱	10.00		清酒	0.70	
人参	10.00		人参	7.00		ピザソース	12.60	★	キャベツ	30.00		かまぼこ	7.00	★
長葱	5.00		油揚げ	4.00		ケチャップ	3.70		玉葱	20.00		人参	7.00	
コーン	10.00		枝豆	5.00		食塩	0.06		人参	10.00		わかめ	4.50	
ピーマン	5.00		しょうゆ	2.00		ｼｭﾚｯﾄﾞﾁｰｽﾞ	15.00		もやし	20.00		白菜	20.00	
コンソメ	0.50	★	砂糖	1.50					青ねぎ	10.00		長葱	10.00	
食塩	0.30		清酒	0.65		人参	10.00		中華ｽｰﾌﾟｽﾄｯｸ	0.30	★	白すりごま	1.50	
こしょう	0.03		みりん	0.80		キャベツ	45.00		食塩	0.30		ｶﾞﾗｽｰﾌﾟ(骨肉湯)	5.60	★
			食塩	0.10		とうもろこし	15.00		しょうゆ	1.80		白湯	5.60	★
キャベツ	30.00		白炒りごま	1.50		きゅうり	10.00		こしょう	0.03		中華ｽｰﾌﾟｽﾄｯｸ	0.30	★
きゅうり	11.00		だし汁	7.00		オリーブ油	1.80		清酒	2.00		食塩	0.10	
ほうれん草	15.00					しょうゆ	1.10		レモン	0.80		こしょう	0.02	
もやし	15.00		ｼｼｬﾓのｶﾘｶﾘﾌﾗｲ	20.00	★	粒ﾏｽﾀｰﾄﾞ	0.50	★	片栗粉	0.50		しょうゆ	0.70	
ｻﾗﾀﾞ油	0.90		大豆白絞油・サラダ油	2.00		食酢	1.30					水	90.00	
砂糖	0.60					レモン汁	0.50		鶏肉	10.00				
穀物酢	1.20		豚肉	20.00		こしょう	0.02		清酒	1.00		鶏肉	20.00	
食塩	0.40		ｻﾗﾀﾞ油	1.00		はちみつ	0.70		人参	10.00		植物油	1.00	
こしょう	0.02		清酒	1.00		食塩	0.30		玉葱	14.00		人参	10.00	
にんにく	0.15		人参	10.00					ｸﾘｰﾑｺｰﾝ缶	16.00	★	大根	50.00	
人参	3.30		大根	15.00		鶏肉	20.00		豆腐	20.00		こんにゃく	10.00	
白炒りごま	1.50		さといも	20.00		ローリエ	0.01		鶏卵	14.00		たけのこ	8.00	
			ごぼう	5.00		白ワイン	0.70		片栗粉	0.70		厚あげ	20.00	★
鶏肉	20.00		長葱	10.00		人参	5.00		にら	4.00		さやいんげん	3.00	
白ワイン	1.00		豆腐	20.00		かぶ	15.00		中華ｽｰﾌﾟｽﾄｯｸ	0.60	★	砂糖	3.00	
ｻﾗﾀﾞ油	1.00		水	90.00		かぶ葉	5.00		しょうゆ	1.20		しょうゆ	4.00	
人参	5.00		混合節	3.00		じゃが芋	30.00		食塩	0.20		みりん	1.60	
玉葱	15.00		昆布	0.15		玉葱	15.00		こしょう	0.02		清酒	1.50	
さつまいも	25.00		赤みそ	4.00		白菜	15.00		ごま油	0.35		かつおだし	0.35	★
しめじ	10.00		白みそ	3.70		コンソメ	0.60	★	水	110.00		水	20.00	
青ねぎ	4.00					食塩	0.50							
小松菜	8.00		早香	35.00		こしょう	0.02		ｶｯﾄみかんｾﾞﾘｰ	30.00	★	さつまいも	70.00	
小麦粉	5.00					しょうゆ	0.30		寒天缶	8.00	★	大豆白絞油・サラダ油	7.00	
バター	5.00					水	90.00		みかん缶	8.00		砂糖	2.40	
牛乳	42.00								りんご缶詰	8.00		水あめ	2.60	
白味噌	2.50					お魚アーモンド	6.00	★	黄桃缶詰	20.00		しょうゆ	0.40	
コンソメ	0.40	★							パイン缶詰	20.00		みりん	1.30	
食塩	0.40								砂糖	2.40		黒炒りごま	1.50	
こしょう	0.02								水	24.00				
水	63.00													