

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 | | | 1月8日 水曜日 | | | 1月9日 木曜日 | | | 1月10日 金曜日 | | |
|---------|-----|----|---------|-----|----|---|--------|----|--|--------|----|--|--------|----|
| | | | | | | 牛乳 根菜カレーライス わかめとコーンのサラダ フルーツのヨーグルトあえ | | | 牛乳 コッペパン メンチカツ キャベツのガーリックソテー ポトフ | | | 牛乳 ちらし寿司 手巻きのり 鰯の照り焼き 雑煮汁 黒豆 | | |
| 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 |
| | | | | | | * 牛乳 | 206.00 | | * 牛乳 | 206.00 | | * 牛乳 | 206.00 | |
| | | | | | | こめ | 100.00 | | * コッペパン | 80.00 | | こめ | 90.00 | |
| | | | | | | 水 | 120.00 | | 水 | 40.00 | | 水 | 108.00 | |
| | | | | | | * とりにく | 25.00 | | | | | 穀物酢 | 9.00 | |
| | | | | | | しょうが | 0.70 | | とりにく | 20.00 | | 砂糖 | 4.70 | |
| | | | | | | にんにく | 0.70 | | * ぶたにく | 10.00 | | 食塩 | 0.55 | |
| | | | | | | スパイス | 0.05 | | 食塩 | 0.30 | | たけのこ | 7.00 | |
| | | | | | | * サラダ油 | 1.00 | | こしょう | 0.01 | | にんじん | 10.00 | |
| | | | | | | ぶどう酒 | 2.00 | | キャベツ | 16.00 | | しいたけ | 0.50 | |
| | | | | | | さといも | 35.00 | | たまねぎ | 5.00 | | * あぶらあげ | 5.00 | |
| | | | | | | たまねぎ | 60.00 | | * 薄力粉 | 5.00 | | さやいんげん | 3.00 | |
| | | | | | | にんじん | 20.00 | | 水 | 5.00 | | * しょうゆ | 3.00 | |
| | | | | | | れんこん | 20.00 | | * パン粉 乾燥 | 6.00 | | 砂糖 | 2.00 | |
| | | | | | | * サラダ油 | 1.00 | | * 大豆白絞油 | 5.00 | | 清酒 | 1.00 | |
| | | | | | | * 小麦粉 | 9.00 | | 中濃ソース | 5.00 | | みりん | 1.00 | |
| | | | | | | * バター | 9.00 | | | | | * 錦糸卵 | 10.00 | |
| | | | | | | カレー粉 | 1.00 | | キャベツ | 45.00 | | | | |
| | | | | | | * チーズ | 2.00 | | にんじん | 10.00 | | のり | 2.00 | |
| | | | | | | チャツネ | 4.00 | | ベーコン | 5.00 | | | | |
| | | | | | | カレー粉 | 0.20 | | もやし | 15.00 | | いなだ切り身 | 60.00 | |
| | | | | | | ウスターソース | 3.00 | | とうもろこし | 5.00 | | * しょうゆ | 3.00 | |
| | | | | | | ケチャップ | 5.00 | | * サラダ油 | 1.00 | | 砂糖 | 2.00 | |
| | | | | | | * コンソメ | 1.00 | | はるさめ | 7.00 | | 清酒 | 2.00 | |
| | | | | | | 食塩 | 1.00 | | * コンソメ | 0.80 | | みりん | 2.00 | |
| | | | | | | こしょう | 0.05 | | 食塩 | 0.40 | | | | |
| | | | | | | 水 | 110.00 | | こしょう | 0.05 | | * とりにく | 10.00 | |
| | | | | | | わかめ | 0.60 | | | | | 白玉餅 | 20.00 | |
| | | | | | | キャベツ | 40.00 | | * ぶたにく | 20.00 | | なると | 10.00 | |
| | | | | | | きゅうり | 5.00 | | ぶどう酒 | 1.00 | | にんじん | 10.00 | |
| | | | | | | にんじん | 10.00 | | だいこん 根、 | 30.00 | | だいこん | 30.00 | |
| | | | | | | とうもろこし | 15.00 | | だいこん葉 | 5.00 | | 小松菜 | 10.00 | |
| | | | | | | * サラダ油 | 1.00 | | じゃがいも | 30.00 | | * サバ節 | 3.00 | |
| | | | | | | * ごま油 | 0.50 | | にんじん | 10.00 | | 清酒 | 1.50 | |
| | | | | | | * しょうゆ | 1.50 | | たまねぎ | 40.00 | | みりん | 1.50 | |
| | | | | | | 穀物酢 | 1.50 | | セロリ | 5.00 | | * しょうゆ | 2.00 | |
| | | | | | | 食塩 | 0.40 | | 食塩 | 0.50 | | 食塩 | 0.80 | |
| | | | | | | こしょう | 0.05 | | * コンソメ | 0.50 | | 水 | 150.00 | |
| | | | | | | | | | こしょう | 0.05 | | | | |
| | | | | | | みかん缶詰 | 7.00 | | ぶどう酒 | 2.00 | | * 黒豆 | 10.00 | |
| | | | | | | パイ | 7.00 | | 粉末ローリエ | 0.01 | | 車三温糖 | 10.00 | |
| | | | | | | * 黄桃缶 | 7.00 | | 水 | 150.00 | | 水あめ | 3.00 | |
| | | | | | | 寒天シロップ | 10.00 | | | | | * しょうゆ | 1.00 | |
| | | | | | | * ヨーグルト | 50.00 | | | | | 水 | 2.00 | |
| | | | | | | | | | | | | マドレーヌカップ | 1.00 | |

食物アレルギー対応確認用詳細献立表

| 1月13日 月曜日 | | | 1月14日 火曜日 | | | 1月15日 水曜日 | | | 1月16日 木曜日 | | | 1月17日 金曜日 | | |
|-----------------|--|--|--|--------|----|--|--------|----|---|--------|----|-------------------------------|--------|----|
| <div>成人の日</div> | | | 牛乳 鶏肉と長ねぎの和風スパゲティ イタリアンサラダ 流山白みりんマフィン | | | 牛乳 【セレクト給食】 白飯 A:ポテトコロッケ B:鶏の唐揚げ 三色ソテー 大根の味噌汁 よくかむふりかけ | | | 牛乳 菜めしご飯 すきやき煮 豚汁(里辛) みかん → りんご | | | 牛乳 新巻鮭ご飯 肉じゃが 豆腐だんご汁 | | |
| | | | 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 |
| | | | * 牛乳 | 206.00 | | * 牛乳 | 206.00 | | * 牛乳 | 206.00 | | * 牛乳 | 206.00 | |
| | | | * スパゲティ | 70.00 | | こめ | 100.00 | | こめ | 100.00 | | こめ | 100.00 | |
| | | | 水 | 35.00 | | 水 | 120.00 | | 水 | 120.00 | | 水 | 108.00 | |
| | | | * サラダ油 | 3.00 | | A | | | * 菜めし | 2.00 | | 食塩 | 0.80 | |
| | | | * とりにく | 20.00 | | * ぶたにく | 15.00 | | * 白炒りごま | 2.00 | | * 塩さけ | 10.00 | |
| | | | ぶどう酒 | 0.50 | | * サラダ油 | 1.00 | | | | | | | |
| | | | にんにく | 0.50 | | たまねぎ | 30.00 | | * しぼり豆腐 | 40.00 | | じゃがいも | 110.00 | |
| | | | しょうが | 0.50 | | じゃがいも | 60.00 | | * ぶたにく | 30.00 | | * ぶたにく | 20.00 | |
| | | | にんじん | 10.00 | | マッシュポテト | 5.00 | | * うずら卵 | 20.00 | | * サラダ油 | 1.00 | |
| | | | たまねぎ | 30.00 | | 食塩/こしょう | 0.70 | | はくさい | 60.00 | | たまねぎ | 40.00 | |
| | | | ほんしめじ | 5.00 | | * 小麦粉/水 | 5.00 | | たまねぎ | 20.00 | | にんじん | 15.00 | |
| | | | えのきたけ | 5.00 | | * パン粉 乾燥 | 10.00 | | にんじん | 10.00 | | こんにゃく | 30.00 | |
| | | | ねぎ | 15.00 | | * 大豆白絞油 | 4.00 | | こんにゃく | 20.00 | | いんげん | 5.00 | |
| | | | * サラダ油 | 1.00 | | * ソース | 3.00 | | しいたけ | 1.00 | | * しょうゆ | 5.00 | |
| | | | * しょうゆ | 5.00 | | B | | | ねぎ | 10.00 | | 車三温糖 | 4.00 | |
| | | | ぶどう酒 | 2.00 | | とりむね肉 | 50.00 | | しゅんぎく | 5.00 | | 清酒 | 1.50 | |
| | | | * コンソメ | 0.50 | | 生姜・にんにく | | | * サラダ油 | 1.00 | | みりん | 1.50 | |
| | | | 食塩 | 0.30 | | しょう油・みりん・酒 | | | * しょうゆ | 5.00 | | だし汁 | 15.00 | |
| | | | こしょう | 0.06 | | でんぶん・揚げ油 | | | 車三温糖 | 4.00 | | | | |
| | | | のり | 0.50 | | | | | みりん | 2.00 | | * とうふ | 15.00 | |
| | | | | | | ベーコン | 5.00 | | 清酒 | 2.00 | | 白玉粉 | 10.00 | |
| | | | * いか | 7.00 | | とうがらし | 0.01 | | だし汁 | 30.00 | | 米粉 | 5.00 | |
| | | | 清酒 | 0.50 | | にんにく | 0.50 | | | | | * ぶたにく | 10.00 | |
| | | | 赤ピーマン | 3.00 | | * サラダ油 | 1.00 | | * ぶたにく | 10.00 | | はくさい | 30.00 | |
| | | | とうもろこし | 5.00 | | にんじん | 10.00 | | さといも | 20.00 | | ねぎ | 10.00 | |
| | | | キャベツ | 40.00 | | とうもろこし | 10.00 | | * とうふ | 15.00 | | ごぼう | 10.00 | |
| | | | きゅうり | 7.00 | | ほうれんそう | 20.00 | | にんじん | 10.00 | | にんじん | 10.00 | |
| | | | にんじん | 10.00 | | キャベツ | 40.00 | | だいこん | 20.00 | | 食塩 | 0.60 | |
| | | | たまねぎ | 5.00 | | もやし | 10.00 | | ねぎ | 10.00 | | * しょうゆ | 3.00 | |
| | | | にんにく | 0.30 | | 春雨 | 5.00 | | こんにゃく | 10.00 | | 清酒 | 1.00 | |
| | | | オレガノ | 0.05 | | * コンソメ | 0.50 | | ごぼう | 6.00 | | みりん | 0.30 | |
| | | | 穀物酢 | 1.50 | | こしょう | 0.05 | | * 白みそ | 7.00 | | しょうが | 0.30 | |
| | | | オリーブオイル | 0.50 | | 食塩 | 0.40 | | * 赤みそ | 5.00 | | * サバ節 | 3.00 | |
| | | | * サラダ油 | 1.00 | | | | | * サバ節 | 3.00 | | 水 | 150.00 | |
| | | | 食塩 | 0.50 | | だいこん | 20.00 | | 水 | 150.00 | | | | |
| | | | こしょう | 0.05 | | もずく | 5.00 | | * 一味唐辛子 | 0.01 | | | | |
| | | | | | | * あぶらあげ | 5.00 | | | | | | | |
| | | | * 薄力粉 | 25.00 | | * とうふ | 20.00 | | みかん | 80.00 | | | | |
| | | | ベーキングパウダー | 1.00 | | ねぎ | 10.00 | | | | | | | |
| | | | * にわとり卵 | 20.00 | | 小松菜 | 10.00 | | | | | | | |
| | | | * 牛乳 | 10.00 | | * サバ節 | 3.00 | | | | | | | |
| | | | 砂糖 | 8.00 | | * 白みそ | 7.00 | | | | | | | |
| | | | * パター | 6.00 | | * 赤みそ | 6.00 | | | | | | | |
| | | | * サラダ油 | 6.00 | | 水 | 150.00 | | | | | | | |
| | | | みりん | 12.00 | | | | | | | | | | |
| | | | マフィンカップ | 1.00 | | * よくかむふりかけ | 3.00 | | | | | | | |

「りんご」に変更になります。

食物アレルギー対応確認用詳細献立表

| 1月20日 | | | 1月21日 | | | 1月22日 | | | 1月23日 | | | 1月24日 | | |
|------------------------------|--------|----|--|--------|----|--|--------|----|---|--------|----|------------------------------------|--------|----|
| 月曜日 | | | 火曜日 | | | 水曜日 | | | 木曜日 | | | 金曜日 | | |
| 牛乳 マーボ豆腐丼 春雨スープ 大学芋 | | | 牛乳 昆布ごはん 手作りごぼうつくねポン酢添え 豆乳みそ汁 | | | 牛乳 白飯 韓国風焼きのり 鱈のみそマヨ焼き ごま和え だまこ汁 プレーンヨーグルト | | | 牛乳 鶏南蛮うどん ちくわの磯辺揚げ 大根のそぼろ煮 白玉ぜんざい | | | 牛乳 白飯 鰯のかば焼き 縄文和え すいとん | | |
| 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 |
| * 牛乳 | 206.00 | | * 牛乳 | 206.00 | | * 牛乳 | 206.00 | | * 牛乳 | 206.00 | | * 牛乳 | 206.00 | |
| こめ | 95.00 | | こめ | 95.00 | | こめ | 100.00 | | * うどん ゆで | 130.00 | | こめ | 100.00 | |
| 水 | 114.00 | | 水 | 120.00 | | 水 | 120.00 | | * とりにく | 20.00 | | 水 | 120.00 | |
| * 押し豆腐 | 50.00 | | * 昆布 | 3.00 | | | | | ねぎ | 20.00 | | | | |
| * ぶたにく | 15.00 | | にんじん | 5.00 | | たら | 50.00 | | にんじん | 10.00 | | いわし | 40.00 | |
| しょうが | 1.00 | | * とりにく | 10.00 | | 清酒 | 1.00 | | * あぶらあげ | 7.00 | | * 大豆白絞油 | 5.00 | |
| にんにく | 1.00 | | 車三温糖 | 2.00 | | * 赤みそ | 3.00 | | 小松菜 | 10.00 | | しょうが | 0.70 | |
| * サラダ油 | 1.00 | | * しょうゆ | 3.00 | | 清酒 | 1.00 | | 食塩 | 0.50 | | 車三温糖 | 4.00 | |
| * クラッシュ大豆 | 20.00 | | 清酒 | 1.50 | | みりん | 1.00 | | * しょうゆ | 4.00 | | * しょうゆ | 5.00 | |
| にんじん | 15.00 | | みりん | 1.50 | | にんにく | 0.50 | | 車三温糖 | 3.00 | | みりん | 2.00 | |
| ねぎ | 20.00 | | | | | * マヨネーズ(卵未使用) | 10.00 | | みりん | 2.00 | | 清酒 | 2.00 | |
| たけのこ | 10.00 | | * とりにく | 30.00 | | 紙トレー | 1.00 | | 清酒 | 2.00 | | 水 | 5.00 | |
| にら | 5.00 | | * ぶたにく | 10.00 | | | | | * サバ節 | 3.00 | | | | |
| * テンメンジャン | 10.00 | | ごぼう | 5.00 | | もやし | 30.00 | | 水 | 120.00 | | ほうれんそう | 15.00 | |
| * しょうゆ | 1.00 | | ねぎ | 10.00 | | ほうれんそう | 20.00 | | | | | キャベツ | 40.00 | |
| トウバンジャン | 0.20 | | * たまご | 10.00 | | キャベツ | 20.00 | | * カットちくわ | 25.00 | | にんじん | 10.00 | |
| * スープストック | 1.00 | | * パン粉 | 7.00 | | にんじん | 10.00 | | あおのり | 0.50 | | れんこん | 10.00 | |
| 食塩 | 0.50 | | * 赤みそ | 5.00 | | 白すりごま | 2.00 | | * 小麦粉 | 6.00 | | アーモンド | 3.60 | |
| でん粉 | 4.00 | | 清酒 | 2.00 | | 練りごま | 2.00 | | 水 | 6.00 | | ひじき | 0.60 | |
| 水 | 50.00 | | みりん | 2.00 | | 車三温糖 | 1.00 | | * 大豆白絞油 | 3.00 | | * 白炒りごま | 0.60 | |
| * ごま油 | 0.50 | | だいこん | 25.00 | | * しょうゆ | 2.00 | | | | | ごま | 0.50 | |
| | | | * しょうゆ | 3.00 | | みりん | 1.00 | | だいこん | 100.00 | | * しょうゆ | 2.50 | |
| はるさめ | 5.00 | | * 食酢 | 2.00 | | | | | にんじん | 15.00 | | みりん | 1.00 | |
| * とりにく | 10.00 | | | | | * とりにく | 10.00 | | * とりにく | 20.00 | | 系削り節 | 0.50 | |
| * うずら卵 | 20.00 | | * ぶたにく | 10.00 | | にんじん | 10.00 | | * クラッシュ大豆 | 10.00 | | | | |
| ねぎ | 15.00 | | * とろろ | 30.00 | | だいこん | 30.00 | | こんにゃく | 15.00 | | * とりにく | 10.00 | |
| 小松菜 | 10.00 | | にんじん | 10.00 | | だまこもち | 30.00 | | さやいんげん | 5.00 | | はくさい | 25.00 | |
| しいたけ | 1.00 | | だいこん | 20.00 | | ねぎ | 10.00 | | しょうが | 0.80 | | にんじん | 10.00 | |
| にんじん | 10.00 | | 小松菜 | 10.00 | | 小松菜 | 10.00 | | * サラダ油 | 1.00 | | だいこん | 30.00 | |
| なると | 10.00 | | * あぶらあげ | 5.00 | | みりん | 1.00 | | * しょうゆ | 4.00 | | 小松菜 | 10.00 | |
| わかめ | 2.00 | | ねぎ | 15.00 | | * しょうゆ | 2.00 | | 車三温糖 | 1.00 | | * 薄力粉 | 20.00 | |
| * スープストック | 0.50 | | えのきたけ | 5.00 | | 食塩 | 0.80 | | 清酒 | 1.00 | | 食塩 | 0.10 | |
| 食塩 | 0.30 | | しょうが | 0.50 | | 清酒 | 1.00 | | みりん | 2.00 | | 水 | 15.00 | |
| ごしょう | 0.06 | | * サバ節 | 3.00 | | * サバ節 | 3.00 | | でん粉 | 2.00 | | * しょうゆ | 2.00 | |
| * しょうゆ | 2.00 | | * 白みそ | 14.00 | | 水 | 150.00 | | 水 | 4.00 | | みりん | 1.50 | |
| * ごま油 | 0.50 | | * とうにゅう | 30.00 | | | | | だし汁 | 30.00 | | 清酒 | 1.50 | |
| 水 | 120.00 | | 水 | 100.00 | | 韓国風焼きのり | 2.00 | | | | | 食塩 | 0.50 | |
| | | | | | | * 牧場の朝ヨーグルト | 70.00 | | 煮込みもち | 50.00 | | * サバ節 | 3.00 | |
| さつまいも | 50.00 | | | | | | | | あずき | 10.00 | | 水 | 140.00 | |
| * 大豆白絞油 | 5.00 | | | | | | | | あん | 15.00 | | | | |
| 砂糖 | 3.00 | | | | | | | | 砂糖 | 15.00 | | | | |
| 水あめ | 2.00 | | | | | | | | 食塩 | 0.10 | | | | |
| * しょうゆ | 1.50 | | | | | | | | 水 | 30.00 | | | | |
| みりん | 1.00 | | | | | | | | | | | | | |

食物アレルギー対応確認用詳細献立表

| 1月27日 月曜日 | | | 1月28日 火曜日 | | | 1月29日 水曜日 | | | 1月30日 木曜日 | | | 1月31日 金曜日 | | |
|---|--------|----|---|--------|----|--------------------------------------|--------|----|---|--------|----|-------------------------------|--------|----|
| 牛乳 野沢菜ご飯 あじフライのレモン醤油ソース 沢煮椀 りんご | | | 牛乳 元祖揚げパン 味噌ワタンスープ ツナ入りポテトサラダ チーズ | | | 牛乳 白飯 筑前煮 石狩汁 はちみつレモンゼリー | | | 牛乳 シュガートースト チーズオムレツ コーンサラダ ABCスープ | | | 牛乳 白飯 焼きとり 肉豆腐 鰯汁 | | |
| 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 |
| * 牛乳 | 206.00 | | * 牛乳 | 206.00 | | * 牛乳 | 206.00 | | * 牛乳 | 206.00 | | * 牛乳 | 206.00 | |
| こめ | 95.00 | | * コッペパン | 70.00 | | こめ | 100.00 | | * 食パン | 80.00 | | こめ | 100.00 | |
| 水 | 102.00 | | 水 | 35.00 | | 水 | 120.00 | | 水 | 40.00 | | 水 | 120.00 | |
| のざわな漬け | 10.00 | | グラニュー糖 | 12.00 | | | | | * ソフトタイプマーガリン | 8.00 | | 食塩 | 0.50 | |
| * サラダ油 | 1.00 | | 食塩 | 0.05 | | * とりにく | 20.00 | | グラニュー糖 | 4.00 | | | | |
| だし汁 | 10.00 | | * 大豆白絞油 | 3.00 | | 清酒 | 1.00 | | | | | * とりにく | 40.00 | |
| * しょうゆ | 2.00 | | | | | * ごま油 | 1.00 | | * チーズオムレツ | 60.00 | | 清酒 | 1.50 | |
| 食塩 | 0.50 | | * ぶたにく | 10.00 | | にんじん | 15.00 | | | | | 食塩 | 0.30 | |
| 清酒 | 1.50 | | * ワンタンの皮 | 10.00 | | ごぼう | 10.00 | | キャベツ | 50.00 | | こしょう | 0.08 | |
| みりん | 1.50 | | にんじん | 10.00 | | さといも | 30.00 | | きゅうり | 5.00 | | ねぎ | 30.00 | |
| | | | ねぎ | 10.00 | | こんにゃく | 20.00 | | にんじん | 5.00 | | 車三温糖 | 3.00 | |
| あじ | 50.00 | | もやし | 20.00 | | ちくわ | 5.00 | | わかめ | 0.30 | | * しょうゆ | 4.00 | |
| 食塩 | 0.30 | | なると | 10.00 | | ほんしめじ | 10.00 | | とうもろこし | 15.00 | | 清酒 | 2.00 | |
| こしょう | 0.01 | | ほうれんそう | 10.00 | | さやいんげん | 5.00 | | * サラダ油 | 1.50 | | みりん | 2.00 | |
| * パン粉 乾燥 | 5.00 | | * スープストック | 0.30 | | 車三温糖 | 1.50 | | * しょうゆ | 1.00 | | | | |
| * 小麦粉 | 5.00 | | * 赤みそ | 6.00 | | 清酒 | 1.00 | | 穀物酢 | 0.50 | | * とうふ | 40.00 | |
| 水 | 2.00 | | こしょう | 0.05 | | みりん | 1.00 | | レモン汁 | 1.00 | | * ぶたにく | 10.00 | |
| * 大豆白絞油 | 5.00 | | * しょうゆ | 1.00 | | * しょうゆ | 3.00 | | 食塩 | 0.50 | | しょうが | 0.50 | |
| | | | 白ごま | 1.00 | | だし汁 | 5.00 | | こしょう | 0.04 | | * サラダ油 | 1.00 | |
| レモン汁 | 1.60 | | * ごま油 | 0.50 | | | | | | | | * うずら卵 | 15.00 | |
| 砂糖 | 1.00 | | 水 | 140.00 | | * ぶたにく | 10.00 | | * ABCマカロニ | 7.00 | | たまねぎ | 20.00 | |
| みりん | 2.00 | | | | | * さけ | 20.00 | | * とりにく | 10.00 | | にんじん | 10.00 | |
| * しょうゆ | 2.80 | | * ツナ | 10.00 | | にんじん | 10.00 | | にんにく | 0.50 | | ねぎ | 10.00 | |
| 水 | 5.00 | | じゃがいも | 100.00 | | だいこん | 25.00 | | * サラダ油 | 1.00 | | こんにゃく | 15.00 | |
| | | | たまねぎ | 15.00 | | ねぎ | 15.00 | | いんげんまめ | 10.00 | | さやいんげん | 5.00 | |
| * ぶたにく | 20.00 | | にんじん | 10.00 | | こんにゃく | 10.00 | | じゃがいも | 30.00 | | 車三温糖 | 3.00 | |
| * あぶらあげ | 5.00 | | きゅうり | 10.00 | | ごぼう | 10.00 | | にんじん | 10.00 | | * しょうゆ | 3.00 | |
| にんじん | 15.00 | | 食塩 | 0.30 | | とうもろこし | 10.00 | | たまねぎ | 30.00 | | 清酒 | 1.00 | |
| だいこん | 30.00 | | こしょう | 0.03 | | * バター | 2.00 | | パセリ 乾 | 0.05 | | みりん | 2.00 | |
| ごぼう | 10.00 | | * マヨネーズ(卵未使用) | 12.00 | | * 赤みそ | 7.00 | | * コンソメ | 1.00 | | * サバ節 | 3.00 | |
| たけのこ | 15.00 | | | | | * 白みそ | 5.00 | | 食塩 | 0.50 | | 水 | 30.00 | |
| えのきたけ | 10.00 | | * チーズ | 15.00 | | * サバ節 | 3.00 | | こしょう | 0.05 | | | | |
| ねぎ | 20.00 | | | | | 水 | 150.00 | | ぶどう酒 | 3.00 | | * とりにく | 10.00 | |
| 小松菜 | 10.00 | | | | | * 唐辛子 | 0.02 | | 水 | 150.00 | | たら | 20.00 | |
| * しょうゆ | 1.00 | | | | | | | | | | | * とうふ | 20.00 | |
| 食塩 | 0.50 | | | | | はちみつレモンゼリー | 66.00 | | | | | にんじん | 10.00 | |
| 清酒 | 1.50 | | | | | | | | | | | だいこん | 20.00 | |
| みりん | 1.50 | | | | | | | | | | | はくさい | 30.00 | |
| * サバ節 | 3.00 | | | | | | | | | | | 小松菜 | 10.00 | |
| 水 | 120.00 | | | | | | | | | | | 春雨 | 5.00 | |
| | | | | | | | | | | | | * しょうゆ | 1.50 | |
| * りんご | 50.00 | | | | | | | | | | | 清酒 | 2.00 | |
| | | | | | | | | | | | | みりん | 1.50 | |
| | | | | | | | | | | | | 食塩 | 0.50 | |
| | | | | | | | | | | | | * サバ節 | 4.00 | |
| | | | | | | | | | | | | 水 | 160.00 | |