

予定 献 立 表
実施

10 月 14 日 月 曜日

施 設 長	補 佐	栄 養 士	調 理 員
-------------	--------	-------------	-------------

[illegible]

献立表 実施予定

10月15日 火曜日

施設長		補佐		栄養士		調理員	
-----	--	----	--	-----	--	-----	--

	献立表	材料名	可食量	使用量	単位	人数	総使用量	業者	納品時刻	数量	品温	期限	鮮度・異
朝	ご飯	米(強化米を含む)		70	g	50	3500						
	味噌汁	なめこ		15	g	50	750						
		ねぎ		15	g	50	750						
		味噌		15	g	50	750						
		かつおだしパック			g	50							
	かまぼこあえ	かまぼこ		15	g	50	750						
		もやし		40	g	50	2000						
		みつば		10	g	50	500						
		しょうゆ		1	g	50	50						
	ふりかけ	だし汁		10	g	50	500						
昼	ジョア	ジョア		1	本	50	50						
	ご飯	米(強化米を含む)		70	g	50	3500						
	八宝菜	白菜		60	g	50	3000						
		玉ねぎ		20	g	50	1000						
		にんじん		12	g	50	600						
		豚もも、ばら肉	各	15	g	50	750						
		むきえび、いか		15	g	50	750						
		塩コショウ	少々		g	50							
		油		2	g	50	100						
		鶏ガラスープの素	少々		g	50							
		オイスターソース	少々		g	50							
		ウズラの卵		1	個	50	50						
		酒		5	g	50	250						
		砂糖		2.5	g	50	125						
		片栗粉		3	g	50	150						
	あえ物	いんげん		35	g	50	1750						
		ピーナッツあえの素		2	g	50	100						
	即席漬け	なす		35	g	50	1750						
		にんじん		8	g	50	400						
おやつ		青しそ		0.3	g	50	15						
		即席漬け	少々		g	50							
夜	ご飯	米(強化米を含む)		65	g	50	3250						
	鶏のから揚げ	鶏もも肉	25g	4	切	50	200						
		しょうゆ		3	g	50	150						
		酒		2.2	g	50	110						
		しょうが		2	g	50	100						
		卵		5	g	50	250						
		片栗粉		6	g	50	300						
		揚げ油		5	g	50	250.0						
	冷温	キャベツ		35	g	50	1750						
		にんじん		5	g	50	250						
	れんこんの煮物	れんこん		30	g	50	1500						
		さつま揚げ		10	g	50	500						
		酒		3.5	g	50	175						
		しょうゆ		2.6	g	50	130						
		砂糖		1.3	g	50	65						
		さやいんげん		5	g	50	250						
	かぼちゃサラダ	かぼちゃ		50	g	50	2500						
		きゅうり		10	g	50	500						
		玉ねぎ		5	g	50	250						
		塩	少々		g	50							
		マヨネーズ		6	g	50	300						

献立表 予定 実施

10月16日 水曜日

施設 長		補 佐		栄養 士		調理 員	
---------	--	--------	--	---------	--	---------	--

	献立表	材料名	可食量	使用量	単位	人数	総使用量	業者	納品時刻	数量	品温	期限	鮮度・異
朝	ご飯	米(強化米を含む)		70	g	50	3500						
	味噌汁	なす		30	g	50	1500						
		わかめ		1	g	50	50						
		味噌		15	g	50	750						
		かつおだしパック			g	50	1						
	煮豆 (希望者納豆)	昆布豆		35	g	32	1120						
		納豆	40g	1	個	18	18						
		ねぎ	少々		g	18							
昼		梅干し		1	個	50	50						
	アシドミルク	アシドミルク		1	本	50	50						
	ご飯	米(強化米を含む)		65	g	50	3250						
	牛肉のごまみそ炒め	牛肉		50	g	50	2500						
		しょうが		1	g	50	50						
		たまねぎ		40	g	50	2000						
		酒		2.4	g	50	120						
		みそ・みりん	各	3	g	50	150						
		砂糖・しょうゆ	各	3	g	50	150						
		ごま		1.2	g	50	60						
		油		2	g	50	100						
		レタス		10	g	50	2個						
	うずら豆煮	うずら豆		20	g	50	1000						
		砂糖		6	g	50	300						
		塩		0.2	g	50	10						
		しょうゆ		2	g	50	100						
	大根サラダ	大根	35	39	g	50	1950						
		にんじん		15	g	50	750						
		ツナ		10	g	50	500						
おやつ		刻みのり	少々		g	50							
		青じそドレッシング		5	g	50	250						
夜	ご飯	米(強化米を含む)		65	g	50	3250						
	煮込みハンバーグ	合いびき肉		80	g	50	4000						
		玉ねぎ		50	g	50	2500						
		塩・こしょう	各少々		g	50							
		パン粉		10	g	50	500						
		卵		5	g	50	250						
		スキムミルク		5	g	50	250						
		小麦粉		7.5	g	50	375						
		ナツメグ	少々	7	g	50	350						
	ソース	玉ねぎ		30	g	50	1500						
		しめじ		20	g	50	1000						
		バター		5	g	50	250						
		水		100	g	50	5000						
		コンソメ	少々		g	50							
	調整あり	ケチャップ		5	g	50	250						
		野菜ジュース		20	g	50	1000						
		砂糖、ソース、塩コショウ	少々	12	g	50	600						
	サラダ	ちくわ		3	g	50	150						
		きゅうり		2.5	g	50	125						
		コーン											
		ブロッコリー		40	g	50	2000						
		塩		10	g	50	500						
		マヨネーズ		10	g	50	500						
					g	50							
	卵豆腐	卵豆腐		1	個	50	50						

献立表 予定 実施

10月17日 木曜日

施設 長		補 佐		栄養 士		調理 員	
---------	--	--------	--	---------	--	---------	--

	献立表	材料名	可食量	使用量	単位	人数	総使用量	業者	納品時刻	数量	品温	期限	鮮度・異
朝	ご飯	米(強化米を含む)		70	g	50	3500						
	味噌汁	豆腐		30	g	50	1500						
		小松菜		12	g	50	600						
		味噌		15	g	50	750						
		かつおだしパック			g	50	1						
	里芋の煮物	里芋		50	個	50	2500						
		にんじん		15	g	50	750						
		しょうゆ・みりん	各少々	3	g	50	150						
		砂糖		1	g	50	50						
	昆布の佃煮	だし汁		40	g	50	2000						
昼	ヤクルト	ヤクルト		1	本	50	50						
	ロールパン	ロールパン		1	個	50	50						
	レーズンパン	レーズンパン		1	個	50	50						
	スクランブルエッグ	ウインナー		10	g	50	500						
		じゃが芋		20	g	50	1000						
		ピーマン		6	g	50	300						
		油		2	g	50	100						
		卵	30	35	g	50	1750						
		塩・こしょう	各少々	2	g	50	100						
	冷温	トマト		30	g	50	1500						
		きゅうり		15	g	50	750						
		青じそドレッシング		5	g	50	250						
	パンプキンスープ	パンプキンスープ			g	50	1袋						
		玉ねぎ、にんじん	各	10	g	50	500						
		牛乳			g	50	3本						
	ヨーグルトあえ	ヨーグルト		60	g	50	3000						
		バナナ		35	g	50	1750						
		みかん缶		10	g	50	500						
おやつ		砂糖		2	g	50	100						
	ご飯	米(強化米を含む)		65	g	50	3250						
	鮭の塩焼き	塩鮭	70g	1	切	50	50						
		油		2	g	50	100						
		ししとう		2	本	50	100						
	煮物	大根		60	g	50	3000						
		はんぺん		10	g	50	500						
		にんじん		10	g	50	500						
		だし汁		40	g	50	2000						
		しょうゆ		4	g	50	200						
		砂糖、みりん		2	g	50	100						
	酢の物	春雨		8	g	50	400						
		きゅうり		10	g	50	500						
		ハム		7	g	50	350						
		錦糸卵		8	g	50	400						
		酢		6	g	50	300						
		砂糖		4	g	50	200						
		塩			g	50							

予定 献 立 表
実施

10 月 18 日 金曜日

施設 長		補 佐		栄 養 士		調 理 員	
---------	--	--------	--	-------------	--	-------------	--

	献立表	材料名	可食量	使用量	単位	人数	総使用量	業者	納品時刻	数量	品温	期限	鮮度・異
朝	ご飯	米(強化米を含む)		70	g	50	3500						
	味噌汁	白菜		30	g	50	1500						
		ふ		1	g	50	50						
		味噌		15	g	50	750						
		かつおだしパック			g	50	1						
	厚焼き卵	厚焼き卵		70	g	50	3500						
	大根おろし	大根おろし		50	g	50	2500						
		しらす干し		3	g	50	150						
		小袋醤油		1	袋	50	50						
				1	袋	50	50						
飲むヨーグルト	飲むヨーグルト		1	本	50	50							
昼	ご飯	米(強化米を含む)		65	g	50	3250						
	鶏肉の照り焼き	鶏もも肉	100g	1	切	50	50						
		酒・しょうゆ	各	8	g	50	400						
		みりん		4	g	50	200						
		かぼちゃ		20	g	50	1000						
		ししとう		2	本	50	100						
	かぼちゃの煮物	かぼちゃ	63	70	g	50	3500						
		しょうゆ		4	g	50	200						
		砂糖・みりん	各	2	g	50	100						
		だし汁		30	g	50	1500						
						50							
	ナムル	さやいんげん		20	g	50	1000						
		にんじん		30	g	50	1500						
		えのきたけ		12	g	50	600						
		ごま油		3	g	50	150						
		しょうゆ		3	g	50	150						
		塩		0.3	g	50	15						
		ごま		2.5	g	50	125						
	おやつ												
夜	栗ご飯	米(強化米を含む)		80	g	50	4000						
		栗(冷凍)		40	g	50	2000						
		塩		1	g	50	50						
		酒		6	g	50	300						
	コロッケ	コロッケ		1	個	50	50						
		油		4	g	50	200						
	厚揚げの煮物	厚揚げ		20	g	50	1000						
		小松菜		25	g	50	1250						
		しめじ		15	g	50	750						
		ちくわ		10	g	50	500						
		だし汁		20	g	50	1000						
		酒		1.2	g	50	60						
		しょうゆ・みりん		3.5	g	50	175						
	豚汁	豚ばら肉		10	g	50	500						
		ごぼう・大根	各	15	g	50	750						
		にんじん・こんにゃく		5	g	50	250						
		ねぎ		10	g	50	500						
		だし汁		130	g	50	6500						
	赤味噌		15	g	50	750							
果物	みかん		1	個	50	50							

献立表 実施予定

10月19日 土曜日

施設長		補佐		栄養士		調理員	
-----	--	----	--	-----	--	-----	--

	献立表	材料名	可食量	使用量	単位	人数	総使用量	業者	納品時刻	数量	品温	期限	鮮度・異
朝	ご飯	米(強化米を含む)		70	g	50	3500						
	味噌汁	じゃが芋		35	g	50	1750						
		わかめ		1	g	50	50						
		味噌		15	g	50	750						
		かつおだしパック			g	50	1						
	細切り昆布の煮つけ	刻み昆布		3	g	50	150						
		にんじん・はんぺん	各	10	g	50	500						
		油揚げ		3	g	50	150						
		しょうゆ		5	g	50	250						
	しば漬け	みりん		3	g	50	150						
	ヨーグルト	ヨーグルト		1	個	50	50						
昼	ご飯	米(強化米を含む)		65	g	50	3250						
	肉豆腐	牛もも肉		40	g	50	2000						
		ごま油		3	g	50	150						
		砂糖、みりん		3	g	50	150						
		焼き豆腐		70	g	50	3500						
		糸こんにゃく		30	g	50	1500						
		にんじん		5	g	50	250						
		ねぎ		30	g	50	1500						
		椎茸		12	g	50	600						
		しょうゆ、酒		8	g	50	400						
	サラダ	マカロニ		7	g	50	350						
		ちくわ		10	g	50	500						
		きゅうり		20	g	50	1000						
		コーン		5	g	50	250						
		塩		0.2	g	50	10						
		マヨネーズ		6	g	50	300						
	いんげんの煮物	いんげん		40	g	50	2000						
		厚揚げ		10	g	50	500						
		しょうゆ		3	g	50	150						
		砂糖、みりん	各	2	g	50	100						
おやつ													
夜	ご飯	米(強化米を含む)		65	g	50	3250						
	魚のホイル焼き	白身魚		1	切	50	50						
		塩・こしょう、酒	各少々		g	50							
		たまねぎ		20	g	50	1000						
		椎茸		10	g	50	500						
		いんげん		10	g	50	500						
		レモン		1	枚	50	4個						
		ポン酢		5	g	50	250						
				1	個	50	50						
	野菜と焼き豚のあえもの	キャベツ	40	47	g	50	2350						
		にんじん		10	g	50	500						
		焼き豚		7	g	50	350						
		酢・しょうゆ	各	1.8	g	50	90						
		ごま油		0.6	g	50	30						
		ごま		1	g	50	50						
	冬瓜の煮物	冬瓜		60	g	50	3000						
		かにかま		10	g	50	500						
		薄口しょうゆ		2	g	50	100						
		みりん		2	g	50	100						
		だし汁		40	g	50	2000						
		片栗粉		1.5	g	50	75						

献立表

予定
実施

10月20日 日曜日

施設 長	補 佐	栄養 士	調理 員
---------	--------	---------	---------

	献立表	材料名	可食量	使用量	単位	人数	総使用量	業者	納品時刻	数量	品温	期限	鮮度・異
朝	ご飯	米(強化米を含む)		70	g	50	3500						
	味噌汁	玉ねぎ		35	g	50	1750						
		油揚げ		3	g	50	150						
		味噌		15	g	50	750						
		かつおだしパック			g	50	1						
	きんぴら	ごぼう		30	g	50	1500						
		にんじん		20	g	50	1000						
		ごま油		1.2	g	50	60						
		しょうゆ・みりん	各	3	袋	50	150						
昼	ふりかけ	ごま		1	g	50	50						
	ヤクルトダブル	ヤクルトダブル		1	本	50	50						
	ご飯	米(強化米を含む)		65	g	50	3250						
	親子煮	鶏もも肉		40	g	50	2000						
		玉ねぎ		50	g	50	2500						
		だし汁		55	g	50	2750						
		砂糖、みりん		3	g	50	150						
		しょうゆ		8	g	50	400						
		卵		40	g	50	2000						
		みつば		6	g	50	300						
		きざみのり	少々		g	50							
	煮物	里芋		50	g	50	2500						
		いか		15	g	50	750						
		砂糖		2	g	50	100						
		しょうゆ		4	g	50	200						
		みりん		1	g	50	50						
	トマトサラダ	トマト		40	g	50	2000						
		玉ねぎ		25	g	50	1250						
		塩コショウ	少々		g	50							
おやつ		和風ドレッシング		4	g	50	200						
		ミルミル		1	本	50	50						
夜	ご飯	米(強化米を含む)		65	g	50	3250						
	ミートボールの酢豚風	ミートボール		4	個	50	200						
		油		3	g	50	150						
		玉ねぎ		50	g	50	2500						
		ピーマン		30	g	50	1500						
		にんじん		30	g	50	1500						
		酒		7	g	50	350						
		砂糖		3	g	50	150						
		酢		7	g	50	350						
		しょうゆ		5	g	50	250						
		ケチャップ		10	g	50	500						
		鶏がらスープ	少々		g	50							
		片栗粉		1.2	g	50	60						
	ごまあえ	ほうれんそう		50	g	50	2500						
		にんじん		10	g	50	500						
		しょうゆ		2	g	50	100						
		ごま		1	g	50	50						
		砂糖		1	g	50	50						
					g	50							
	吸い物	ひやむぎ		15	g	50	750						
		かまぼこ		10	g	50	500						
		ねぎ		12	g	50	600						
		だし汁		150	g	50	7500						
		塩		0.6	g	50	30						
		薄口しょうゆ		2	g	50	100						