

6月1日(月)		6月2日(火)		6月3日(水)		6月4日(木)		6月5日(金)													
料理名/食品名	給与量(g)	料理名/食品名	給与量(g)	料理名/食品名	給与量(g)	料理名/食品名	給与量(g)	料理名/食品名	給与量(g)												
[牛乳] ※ 飲用牛乳	206.00	[牛乳] ※ 飲用牛乳	206.00	[牛乳] ※ 飲用牛乳	206.00	[牛乳] ※ 飲用牛乳	206.00	[牛乳] ※ 飲用牛乳	206.00												
[豆乳パン] 低：内麦豆乳パン40g 月※中：内麦豆乳パン45g 高：内麦豆乳パン50g	57.60 64.80 72.00	[ご飯] 米	65.00	[味噌ラーメン] 学 蒸し中華めん1.7mm小学校 (味噌ラーメンの具)	120.00	[ガパオ風ライス] 米 (ガパオ風ライスの具)	70.00	[ご飯] 米	65.00												
[トマトシチュー] 鶏ひなもも肉(2cm角) 米ぬか油・1斗缶 にんじん 玉ねぎ じゃが芋 小麦粉 米ぬか油・1斗缶 バター 学 トマトケチャップ小学校 学 トマトピューレ小学校 年 中濃ソース 年 酒2L 塩 白こしょう(純) パプリカ100g 鶏ガラ(冷凍) しょうが 水	35.00 0.20 15.00 40.00 35.00 6.00 3.00 3.00 8.00 5.00 1.50 1.50 0.60 0.02 0.01 5.00 0.20 50.00	[塩肉じゃが] 国産牛肩肉うす切 米ぬか油・1斗缶 じゃが芋 にんじん 玉ねぎ 学 ゆで枝豆(冷) 学 塩麴 学 みりん 年 酒2L 三温糖 塩 塩 かつお厚削り節・袋 水	40.00 0.30 48.00 18.00 40.00 7.00 5.00 1.60 1.20 1.80 0.20 0.60 10.00	★教室でかけます。 米ぬか油・1斗缶 にんにく しょうが 豚肩肉うす切 豚ばら肉スライス3cm にんじん 玉ねぎ 白菜 ねぎ 塩 白こしょう(純) 年 酒2L 学 しょうゆ 学 三温糖 学 白みそ 学 赤みそ 学 ごま油 学 豚ガラ(冷凍) 学 しょうが 学 水	0.50 0.20 0.20 26.00 5.00 8.00 15.00 27.00 10.00 0.10 0.02 0.80 3.00 1.00 3.00 6.00 6.00 0.20 110.00	★教室でかけます。 豚もも粗挽肉10mm 豚肩挽肉 にんにく 米ぬか油・1斗缶 玉ねぎ 赤パプリカ ピーマン バジル・チップ 三温糖 学 しょうゆ 学 みりん 年 酒2L 学 オイスターソース 学 ごま油 学 白こしょう(純) 学 塩	30.00 35.00 0.50 0.30 30.00 5.00 5.00 0.05 1.80 5.50 1.60 1.60 2.80 0.60 0.03 0.25	[コーン入りスープ] 米ぬか油・1斗缶 鶏ひなもも皮なし小間 玉ねぎ にんじん ホールコーン(冷凍) 月 クリームコーンレトルト 塩 白こしょう(純) 学 しょうゆ 学 鶏ガラ(冷凍) 学 しょうが 学 水	0.30 14.00 10.00 12.00 10.00 22.00 0.55 0.02 1.50 5.00 0.20 105.00	[なめこ汁] 大根 なめこ 学 豆腐 学 ねぎ 学 赤みそ 学 白みそ 学 かつお厚削り節・袋 学 水	15.00 15.00 20.00 7.00 5.00 2.00 3.00 110.00	[揚げおさつ] 冷さつま芋ストレート 米ぬか油・ロー(揚げ油)	70.00 4.00	[炒めナムル] にんにく 米ぬか油・1斗缶 えのきたけ にんじん 学 キャベツ 学 茹たけのこ(レトルト)1kg 学 小松菜 学 しょうゆ 学 三温糖 学 塩 学 白いりごま 学 ごま油	0.10 0.30 10.00 6.00 20.00 8.00 8.00 1.80 0.60 0.15 0.90 0.30	[ミニトマト2個] ミニトマト	23.60	[豚ごぼう汁] 豚肩肉うす切 ごぼう 米ぬか油・1斗缶 学 茹たけのこ(レトルト)1kg 学 大根 学 しょうゆ 学 塩 学 かつお厚削り節・袋 学 水	16.00 10.00 0.50 8.00 20.00 1.50 0.55 3.00 115.00	[小松菜の洋辛子炒め] にんじん 米ぬか油・1斗缶 鶏ひなもも肉小間 学 キャベツ 学 小松菜 年 洋辛子 年 酒2L 学 三温糖 学 しょうゆ 学 塩	10.00 0.40 10.00 28.00 10.00 0.07 0.50 1.50 2.50 0.05
[あじさいゼリー(ぶどう・りんご)] 年 ダイスゼリーマスカット 年 ダイスゼリーりんご 年 ダイスゼリーぶどう 月 シロップ全糖	25.00 25.00 30.00 25.00	[ゆずポン酢] 年※ ゆずポン酢	5.00																		

※印は、学校直送品です。
網掛けの部分は、教室でかけます。

6月8日(月)		6月9日(火)		6月10日(水)		6月11日(木)		6月12日(金)	
料理名/食品名	給与量(g)	料理名/食品名	給与量(g)	料理名/食品名	給与量(g)	料理名/食品名	給与量(g)	料理名/食品名	給与量(g)
[牛乳] ※ 飲用牛乳	206.00	[牛乳] ※ 飲用牛乳	206.00	[牛乳] ※ 飲用牛乳	206.00	[牛乳] ※ 飲用牛乳	206.00	[牛乳] ※ 飲用牛乳	206.00
[キプフェル(パン)] 低:キプフェル(パン) 40g 月※中:キプフェル(パン) 45g 高:キプフェル(パン) 50g	61.00 68.50 76.00	[ご飯] 米	65.00	[ビビンバ] 米 (ビビンバの具)	70.00	[ご飯] 米	65.00	[豚肉入り炊き込みご飯] 米	55.00
[シュニッツェル] 豚背ロース切身50g 小麦粉 水 塩 白こしょう(純) 学 パン粉 米ぬか油・ロー(揚げ油)	50.00 6.00 6.00 0.60 0.05 11.00 3.00	[ポークジンジャー] 豚肩肉角切(1.5cm角) ぶどう酒 白 玉ねぎ エリンギ 赤パプリカ 黄パプリカ ピーマン 学 しょうゆ しょうが 学 みりん オリーブ油(1L ^ハ ット) 塩 あらびき黒こしょう	58.00 0.70 30.00 10.00 5.00 5.00 3.00 3.00 0.60 0.50 0.50 0.30 0.02	★教室でかけます。 国産牛ひき肉 豚肩挽肉 にんにく しょうが 米ぬか油・1斗缶 にんじん 学 茹たけのこ(レトルト) 1kg 年 はくさいキムチ 学 きざみだいず 学 白菜 えのきたけ にら 白いりごま 三温糖 学 赤みそ 学 しょうゆ 学 トーバンジャン小学校 年 酒2L ごま油 塩	20.00 27.00 0.40 0.40 0.10 9.00 9.00 16.00 16.00 12.00 10.00 3.50 1.20 2.00 4.00 3.00 0.12 1.00 0.50 0.01	[鶏肉のペッパー揚] 学 鶏ひなもも開き60g しょうゆ 塩 にんにく しょうが 年 酒2L 学 澱粉 あらびき黒こしょう 米ぬか油・ロー(揚げ油)	60.00 0.80 0.35 0.40 0.30 2.20 7.00 0.17 5.00	[すまし汁] にんじん えのきたけ 白菜 大根 みずな 塩 学 しょうゆ かつお削り節・袋 水	8.00 10.00 23.00 10.00 6.00 0.60 1.00 3.00 110.00
[トマトスープ] オリーブ油(1L ^ハ ット) にんにく しょうが 学 ベーコン(肩)角1cm 玉ねぎ にんじん セロリー 月 ミックスビーンズ(冷) 学 トマト水煮缶 ^ダ イ小学校 学 トマトケチャップ小学校 学 トマトピューレ小学校 ぶどう酒 白 水 豚ガラ(冷凍) しょうが 塩 三温糖 白こしょう(純)	0.30 0.20 0.20 13.00 18.00 12.00 3.00 15.00 20.00 6.00 3.00 1.00 90.00 5.00 0.20 0.60 0.60 0.02	[もち入りスープ] 鶏ひなもも皮なし小間 米ぬか油・1斗缶 にんじん 白菜 学 トップギ 学 しょうゆ 塩 白こしょう(純) 鶏ガラ(冷凍) しょうが 水	15.00 0.30 8.00 20.00 20.00 1.50 0.55 0.02 5.00 0.20 105.00	[わかめスープ] 鶏ひなもも皮なし小間 米ぬか油・1斗缶 玉ねぎ 大根 学 カットわかめ 塩 白こしょう(純) 学 しょうゆ 学 鶏ガラ(冷凍) しょうが 水	12.00 0.40 20.00 25.00 0.60 0.55 0.02 1.50 5.00 0.20 110.00	[きんぴら] にんじん ごぼう 学 豚肩肉せん切 茹たけのこ(レトルト) 1kg さやいんげん ごま油 三温糖 学 みりん 学 しょうゆ 塩 白いりごま	10.00 15.00 12.00 10.00 5.00 0.20 0.80 1.00 1.80 0.05 0.60	[きのこの味噌汁] 鶏ひなもも皮なし小間 米ぬか油・1斗缶 学 油揚げ 大根 えのきたけ しめじ 玉ねぎ 学 白みそ かつお厚削り節・袋 水	12.00 0.30 5.00 20.00 10.00 7.00 6.00 7.00 3.00 110.00
[きのこ入りソテー] オリーブ油(1L ^ハ ット) 鶏ひなもも皮なし小間 にんにく にんじん エリンギ マッシュルーム(生) 学 キャベツ しょうゆ 塩 学 白こしょう(純) オイスターソース	0.50 10.00 0.15 8.00 8.00 7.00 26.00 0.80 0.25 0.02 0.50	[大根ときゅうりの和え物] 大根 学 胡瓜 にんじん 米ぬか油・1斗缶 年 食酢 学 三温糖 しょうゆ 塩	25.00 10.00 10.00 0.80 1.50 0.60 1.60 0.05	[すいか1/16] 小玉すいか	67.20	[メカブ入りサラダ] にんじん 学 胡瓜 白菜 芽かぶ(乾) 米ぬか油・1斗缶 年 食酢 三温糖 塩 白こしょう(純)	7.00 8.00 24.00 1.00 1.80 2.00 1.00 0.25 0.03		

6月15日(月)		6月16日(火)		6月17日(水)		6月18日(木)		6月19日(金)	
料理名/食品名	給与量(g)	料理名/食品名	給与量(g)	料理名/食品名	給与量(g)	料理名/食品名	給与量(g)	料理名/食品名	給与量(g)
[牛乳] ※ 飲用牛乳	206.00	[牛乳] ※ 飲用牛乳	206.00	[牛乳] ※ 飲用牛乳	206.00	[ドリンクヨーグルト] 学※ 飲用ヨーグルト180ml	190.00	[牛乳] ※ 飲用牛乳	206.00
[野菜つけうどん] 学 冷凍ゆでうどん 米ぬか油・1斗缶 (野菜つけうどんの具) ★教室でかけます。	120.00 3.60	[ミルクパン] 低：内麦ミルクパン40g 月※ 中：内麦ミルクパン45g 高：内麦ミルクパン50g	61.60 69.30 77.00	[スタミナ丼] 米 (スタミナ丼の具) ★教室でかけます。 米ぬか油・1斗缶 豚肩肉うす切 にんじん 玉ねぎ	70.00 0.80 58.00 10.00 30.00	[コーンとツナのピラフ] 米 塩 米ぬか油・1斗缶 乾燥パセリ にんにく 米ぬか油・1斗缶 ホールコーン(冷凍)	55.00 0.20 0.80 0.10 0.50 0.20 15.00	[ご飯] 米	65.00
豚肩肉うす切 豚ばら肉スライス3cm しょうが にんにく 米ぬか油・1斗缶 にんじん 白菜 小松菜 ねぎ 酒2L しょうゆ 塩 白こしょう(純) ごま油 豚ガラ(冷凍) しょうが にんにく 水	28.00 10.00 0.30 0.30 0.30 10.00 22.00 10.00 10.00 1.50 1.30 1.40 0.02 0.50 7.00 0.20 0.20 110.00	[なす入りミートグラタン] 国産牛肩挽肉 米ぬか油・1斗缶 玉ねぎ 長茄子 にんじん 塩 白こしょう(純) 学 トマトケチャップ小学校 学 トマト水煮缶(イ)小学校 年 ウスターソース 三温糖 ナツメグ ローレル(パウダー) 調理用牛乳 小麦粉 米ぬか油・1斗缶 月 バター 学 ペンネ 学 粉チーズ 学 パン粉	30.00 0.30 20.00 10.00 10.00 0.20 0.02 4.50 13.00 4.50 0.20 0.01 0.05 20.00 4.50 3.50 1.00 10.00 4.00 0.50	学 茹たけのこ(レトルト)1kg にら ピーマン にんにく しょうが 三温糖 塩 白こしょう(純) 学 しょうゆ 学 白みそ 年 酒2L 学 みりん 水	15.00 3.00 5.00 0.30 0.20 1.50 0.10 0.02 3.00 0.02 3.00 1.30 0.50 5.00	学 まぐろ油漬 塩 白こしょう(純) [米粉のパンプキンポタージュ] 米ぬか油・1斗缶 冷凍うらごしかぼちゃ 豚もも粗挽肉10mm にんじん 玉ねぎ かぼちゃ角切(1.0cm角) 調理用牛乳 生クリーム 豚ガラ(冷凍) 塩 白こしょう(純) しょうが 水 米粉 バター 米ぬか油・1斗缶	15.00 0.40 0.03 0.30 25.00 33.00 8.00 35.00 15.00 50.00 3.00 5.00 0.70 0.02 0.20 25.00 3.00 1.50 1.50	[ハンバーグおろしソース] 和牛ひき肉 学 押豆腐(水抜き) 学 玉ねぎ 学 パン粉 塩 白こしょう(純) ナツメグ 学 しょうゆ 学 米ぬか油・1斗缶 学 しょうゆ 学 みりん 三温糖 大根 水 澱粉	55.00 10.00 35.00 2.50 0.25 0.02 0.01 0.70 0.10 2.40 2.00 0.30 12.00 3.00 0.15
[竹輪の天ぷら] 月 白焼き竹輪1/4 小麦粉 小麦粉 水 米ぬか油・ローリ(揚げ油)	25.00 1.00 4.00 3.00 5.00	[野菜スープ] 学 ベーコン(肩)せん切8mm 米ぬか油・1斗缶 キャベツ にんじん セロリー 乾燥パセリ 塩 白こしょう(純) 年 酒2L 学 しょうゆ 学 豚ガラ(冷凍) しょうが 水	15.00 0.30 30.00 10.00 3.00 0.03 0.55 0.03 1.00 1.00 5.00 0.20 110.00	[大根のスープ] 鶏ひなもも皮なし小間 米ぬか油・1斗缶 大根 ねぎ しょうゆ 塩 水 鶏ガラ(冷凍) しょうが	14.00 0.30 28.00 10.00 1.20 0.55 115.00 5.00 0.20	月 バター 米ぬか油・1斗缶 [フレンチサラダ] 白菜 学 ゆで枝豆(冷) 年 サラダこんにゃく白 米ぬか油・1斗缶 年 食酢 三温糖 塩 白こしょう(純)	1.50 1.50 24.00 8.00 10.00 1.80 1.70 1.00 0.35 0.02	[具だくさん汁] 鶏ひなもも皮なし小間 米ぬか油・1斗缶 にんじん 白菜 玉ねぎ ねぎ 学 しょうゆ 塩 かつお厚削り節・袋 水	14.00 0.20 8.00 20.00 15.00 6.00 1.00 0.55 3.00 105.00
[味噌炒め] 鶏ひなもも皮なし小間 にんにく 米ぬか油・1斗缶 玉ねぎ ごぼう 学 茹たけのこ(レトルト)1kg にんじん ホールコーン(冷凍) 学 白みそ 年 酒2L 学 三温糖 学 しょうゆ	10.00 0.15 0.50 10.00 8.00 10.00 6.00 8.00 2.10 0.70 0.60 0.80	[カラフルサラダ] 年 サラダこんにゃく赤 黄パプリカ 大根 学 ゆで枝豆(冷)	10.00 5.00 20.00 8.00	[冷凍みかん] 冷凍みかん・小	80.00	学 白菜 学 ゆで枝豆(冷) 年 サラダこんにゃく白 米ぬか油・1斗缶 年 食酢 三温糖 塩 白こしょう(純)	8.00 10.00 1.80 1.70 1.00 0.35 0.02	[しらたき炒め] 学 しらたき 学 バラベーコンせん切8mm 米ぬか油・1斗缶 学 茹たけのこ(レトルト)1kg 小松菜 にんじん 学 しょうゆ 学 赤みそ 三温糖	22.00 8.00 0.50 10.00 6.00 5.00 1.50 1.60 0.80
		[かんきつドレ] 年※ 柑橘ドレッシング	5.00						

6月22日(月)		6月23日(火)		6月24日(水)		6月25日(木)		6月26日(金)	
料理名/食品名	給与量(g)	料理名/食品名	給与量(g)	料理名/食品名	給与量(g)	料理名/食品名	給与量(g)	料理名/食品名	給与量(g)
[牛乳] ※ 飲用牛乳	206.00	[ミルクコーヒー] 学※ ミルクコーヒー200ml	209.00	[牛乳] ※ 飲用牛乳	206.00	[牛乳] ※ 飲用牛乳	206.00	[牛乳] ※ 飲用牛乳	206.00
[チキンカレーライス] 米 (チキンカレーライスの具) ★教室でかけます。	70.00	[フレッシュパン] 低:内麦フレッシュパン40g割 月※ 中:内麦フレッシュパン45g割 高:内麦フレッシュパン50g割	58.00 65.30 72.50	[ご飯] 米	65.00	[ご飯] 米	65.00	[ご飯] 米	65.00
鶏ひなもも肉(2cm角)	35.00	[ウインナーデミグラスソース2本] 月 ウインナー20g	40.00	[豚肉のレモン醤油] 豚肩肉角切(2cm角)	60.00	[のり佃煮] 月※ のり佃煮10g	10.00	[あじの南蛮だれ揚] あじ切身55g	55.00
にんにく	0.20	学 米ぬか油・1斗缶	0.80	学 しょうゆ	4.40	学 生揚げ1/8(個数)	60.00	学 ねぎ	6.00
しょうが	0.20	学 トマトケチャップ小学校	4.00	学 三温糖	3.30	学 しょうゆ	5.40	学 三温糖	3.50
米ぬか油・1斗缶	0.30	学 デミグラスソース(レトルト)	9.00	学 みりん	2.20	学 白すりごま	2.10	学 しょうゆ	4.00
玉ねぎ	50.00	年 中濃ソース	1.60	学 レモン汁ビン入り	2.20	学 三温糖	4.50	年 食酢	4.00
にんじん	15.00	年 ウスターソース	0.50	水	3.50	学 みりん	1.80	水	0.50
じゃが芋	30.00	塩	0.03	[根菜の味噌汁] 鶏ひなもも皮なし小間	12.00	学 水	0.40	[生姜汁] 豚肩肉うす切	10.00
バター	3.00	白こしょう(純)	0.01	学 米ぬか油・1斗缶	0.30	[さつま汁] 豚肩肉うす切	12.00	学 米ぬか油・1斗缶	0.30
米ぬか油・1斗缶	3.70	澱粉	0.10	学 ごぼう	8.00	学 米ぬか油・1斗缶	0.30	学 玉ねぎ	15.00
小麦粉	6.70	水	2.00	学 にんじん	10.00	学 小松菜	8.00	学 にんじん	10.00
カレー粉	0.90	[ポテト入りスープ] 鶏ひなもも皮なし小間	10.00	学 大根	20.00	学 さつま芋	22.00	学 白菜	18.00
デミグラスソース(レトルト)	3.00	学 じゃが芋	24.00	学 赤みそ	3.00	学 ごぼう	10.00	学 しょうゆ	1.00
トマトケチャップ小学校	5.50	学 にんじん	8.00	学 白みそ	4.00	学 大根	10.00	学 塩	0.55
ウスターソース	1.80	学 白菜	20.00	学 かつお厚削り節・袋	3.00	学 ねぎ	8.00	学 しょうが	0.40
中濃ソース	1.20	学 米ぬか油・1斗缶	0.50	学 水	110.00	学 白みそ	7.00	学 かつお厚削り節・袋	3.00
しょうゆ	0.90	学 塩	0.50	[塩麴炒め] 学 ハム短冊1.5cm	10.00	学 かつお厚削り節・袋	3.00	学 水	110.00
塩	0.90	学 白こしょう(純)	0.02	学 にんにく	0.10	[彩り炒め] 鶏ひなもも肉小間	10.00	[五目煮豆] だいず(ゆで)	20.00
ローレル(パウダー)	0.02	学 ぶどう酒 白	1.50	学 米ぬか油・1斗缶	0.50	学 米ぬか油・1斗缶	0.30	学 米ぬか油・1斗缶	0.40
鶏ガラ(冷凍)	5.00	学 しょうゆ	1.00	学 にんじん	10.00	学 米ぬか油・1斗缶	0.30	学 こんにゃく1cm角切り	8.00
しょうが	0.20	学 鶏ガラ(冷凍)	5.00	学 茹たけのこ(レトルト)1kg	8.00	学 にんじん	8.00	学 にんじん	8.00
水	70.00	学 しょうが	0.20	学 玉ねぎ	20.00	学 小松菜	8.00	学 大根	10.00
[ツナ入り野菜炒め] にんじん	10.00	学 水	110.00	学 黄パプリカ	4.00	学 キャベツ	22.00	学 茹たけのこ(レトルト)1kg	10.00
学 まぐろ油漬	8.00	[コールスロー] 学 キャベツ	28.00	学 塩麴	3.00	学 黄パプリカ	3.00	学 ゆで枝豆(冷)	5.00
学 キャベツ	27.00	学 セロリー	3.00	学 塩	0.01	学 赤パプリカ	3.00	学 水	5.00
学 小松菜	10.00	学 にんじん	8.00	学 三温糖	0.30	学 三温糖	0.30	学 かつお厚削り節・袋	0.50
学 しょうゆ	1.50	学 ホールコーン(冷凍)	10.00	学 しょうゆ	0.80	学 しょうゆ	0.80	年 酒2L	0.60
学 三温糖	0.45	年 米ぬか油・1斗缶	1.80	学 塩	0.05	学 オイスターソース	1.40	学 みりん	0.60
学 塩	0.13	学 食酢	1.60	学 玉ねぎ	3.00			学 三温糖	1.00
学 米ぬか油・1斗缶	0.30	学 玉ねぎ	3.00	学 塩	0.25			学 しょうゆ	2.00
[さくらんぼ2個] さくらんぼ	12.00	学 三温糖	0.75					学 塩	0.10
		学 白こしょう(純)	0.02						
		学 洋辛子	0.05						

6月29日(月)		6月30日(火)			
料理名/食品名	給与量(g)	料理名/食品名	給与量(g)		
[牛乳] ※ 飲用牛乳	206.00	[牛乳] ※ 飲用牛乳	206.00		
[ご飯] 米	65.00	[人参パン] 低：内麦人参パン40g	58.00		
		月※ 中：内麦人参パン45g	65.30		
		高：内麦人参パン50g	72.50		
[赤魚の香味だれ] あかうお55g	55.00	[鶏肉のバジル焼] 鶏ひなもも開き60g	60.00		
澱粉	7.00	塩	0.40		
米ぬか油・ローリ-（揚げ油）	5.00	白こしょう（純）	0.01		
米ぬか油・1斗缶	0.05	バジル・チップ	0.10		
ねぎ	3.00	レモン汁ビン入り	1.20		
学 しょうゆ	5.00	ぶどう酒 白	1.50		
三温糖	3.00	オリーブ油（1Lペット）	2.00		
学 みりん	2.00				
ごま油	0.20	[コロコロスープ] 月 輪切ウィンナー8mm	10.00		
にんにく	0.10	米ぬか油・1斗缶	0.20		
白こしょう（純）	0.02	にんじん	10.00		
レモン汁ビン入り	1.00	大根	15.00		
水	1.50	玉ねぎ	10.00		
[豚肉と野菜の味噌汁] 豚肩肉うす切	8.00	じゃが芋	20.00		
豚ばら肉スライス3cm	5.00	学 ゆで枝豆（冷）	5.00		
米ぬか油・1斗缶	0.50	塩	0.55		
にんじん	10.00	白こしょう（純）	0.03		
大根	25.00	学 しょうゆ	1.00		
小松菜	8.00	豚ガラ（冷凍）	5.00		
学 白みそ	7.00	しょうが	0.20		
かつお厚削り節・袋	3.00	水	100.00		
水	110.00				
[土佐酢和え] にんじん	6.00	[ケチャップソテー] 豚肩肉せん切	10.00		
白菜	20.00	にんにく	0.30		
えのきたけ	8.00	にんじん	5.00		
学 胡瓜	10.00	玉ねぎ	18.00		
しょうゆ	1.60	キャベツ	20.00		
三温糖	0.80	塩	0.20		
食酢	1.60	白こしょう（純）	0.03		
年 酒2L	1.10	学 トマトケチャップ小学校	8.00		
ごま油	0.50	オリーブ油（1Lペット）	0.50		
おかか（かつお）	0.40				