

11月4日(火)	11月6日(木)	11月7日(金)	11月11日(火)	11月17日(月)
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）
〔三色ゼリー （いちご・みかん・ホワイトゼリー） （乳除去・果物代替）〕 みかん（小）64.00	〔鶏肉ときのこのフリカッセ(乳除去)〕 鶏ひなもも開き60g60.00 塩0.10 ぶどう酒 白3.30 米ぬか油1.00 小麦粉0.90 米ぬか油0.50 にんにく0.20 玉ねぎ6.00 マッシュルーム(生)5.00 水15.00 塩0.25 白こしょう(純)0.02 乾燥パセリ0.03	〔千草卵焼(卵除去)〕 鶏ひなもも肉挽肉70.00 玉ねぎ30.00 干椎茸(刻み用)500 g0.20 にんじん10.00 米ぬか油2.00 澱粉2.00 三温糖1.00 みりん0.40 塩0.30 しょうゆ1.80 米ぬか油0.30 三温糖1.80 しょうゆ2.10 みりん1.00 水3.50 澱粉0.30	〔ビーフストロガノフの具(乳除去)〕 ★教室でかけます。 国産牛肩肉うす切44.00 にんにく0.30 しょうが0.30 米ぬか油0.30 玉ねぎ50.00 にんじん10.00 マッシュルーム(生)10.00 パプリカ100g0.07 小麦粉6.50 米ぬか油6.50 学 トマト水煮缶(ダイカット)5.00 学 トマトピューレ5.00 学 デミグラスソース(レトルト)19.00 年 ウスターソース2.50 年 中濃ソース2.50 三温糖0.30 ぶどう酒 赤2.00 塩0.70 白こしょう(純)0.02 ローレル(パウダー)0.02 水55.00 〔りんご1／6（果物代替）〕 みかん（小）64.00	〔米粉のコーンポタージュ(乳除去)〕 米ぬか油0.20 鶏ひなもも肉挽肉15.00 にんじん12.00 玉ねぎ30.00 ホールコーン(冷凍)15.00 クリームコーン冷凍38.00 鶏ガラ(冷凍)5.00 塩0.70 白こしょう(純)0.02 しょうが0.20 水77.00 米粉3.00 米ぬか油3.00

11月20日(木)				
料理名／食品名		給与量 (g)		
月	[いももち入りシチュー(乳除去)]			
	豚肩肉角切(1.5cm角)	35.00		
	ぶどう酒 白	1.00		
	米ぬか油	0.30		
	にんじん	12.00		
	玉ねぎ	30.00		
	いももち10g (冷凍)	31.00		
	小麦粉	6.00		
	米ぬか油	6.00		
	冷凍青大豆ペースト	15.00		
	塩	0.75		
	白こしょう(純)	0.02		
	ローレル(パウダー)	0.02		
	豚ガラ(冷凍)	5.00		
	しょうが	0.20		
水	85.00			

11月5日(水)	11月10日(月)	11月13日(木)	11月14日(金)	11月25日(火)
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）
[鶏肉ときのこのフリカッセ(乳除去)] 鶏ひなもも開き60g60.00 塩0.10 ぶどう酒 白3.30 米ぬか油1.00 小麦粉0.90 米ぬか油0.50 にんにく0.20 玉ねぎ6.00 マッシュルーム(生)5.00 水15.00 塩0.25 白こしょう(純)0.02 乾燥パセリ0.03	[米粉のコーンポタージュ(乳除去)] 米ぬか油0.20 鶏ひなもも肉挽肉15.00 にんじん12.00 玉ねぎ30.00 ホールコーン(冷凍)15.00 クリームコーン冷凍38.00 鶏ガラ(冷凍)5.00 塩0.70 白こしょう(純)0.02 しょうが0.20 水77.00 米粉3.00 米ぬか油3.00	[三色ゼリー (いちご・みかん・ホワイトゼリー) (乳除去・果物代替)] みかん(小)64.00	[千草卵焼(卵除去)] 鶏ひなもも肉挽肉70.00 玉ねぎ30.00 干椎茸(刻み用)500 g0.20 にんじん10.00 米ぬか油2.00 澱粉2.00 三温糖1.00 みりん0.40 塩0.30 しょうゆ1.80 米ぬか油0.30 三温糖1.80 しょうゆ2.10 みりん1.00 水3.50 澱粉0.30	[いももち入りシチュー(乳除去)] 豚肩肉角切(1.5cm角)35.00 ぶどう酒 白1.00 米ぬか油0.30 にんじん12.00 玉ねぎ30.00 月 いももち10g(冷凍)31.00 小麦粉6.00 米ぬか油6.00 冷凍青大豆ペースト15.00 塩0.75 白こしょう(純)0.02 ローレル(パウダー)0.02 豚ガラ(冷凍)5.00 しょうが0.20 水85.00

11月27日(木)				
料理名／食品名		給与量（g）		
[ビーフストロガノフの具(乳除去)]				
★教室でかけます。				
学 年 生	国産牛肩肉うす切	44.00		
	にんにく	0.30		
	しょうが	0.30		
	米ぬか油	0.30		
	玉ねぎ	50.00		
	にんじん	10.00		
	マッシュルーム(生)	10.00		
	パプリカ100g	0.07		
	小麦粉	6.50		
	米ぬか油	6.50		
	トマト水煮缶(ダイカット)	5.00		
	トマトピューレ	5.00		
	デミグラスソース(レトルト)	19.00		
	ウスターソース	2.50		
	中濃ソース	2.50		
	三温糖	0.30		
	ぶどう酒 赤	2.00		
	塩	0.70		
	白こしょう(純)	0.02		
	ローレル(パウダー)	0.02		
	水	55.00		
[りんご1／6（果物代替）]				
	みかん（小）	64.00		