

[詳細献立表]

0: 通常献立

2025年 2月 1日 ~ 2025年 2月28日

船橋市立坪井小学校

2月 3日(月)		2月 4日(火)		2月 5日(水)		2月 6日(木)		2月 7日(金)	
献立名/食品名	g	献立名/食品名	g	献立名/食品名	g	献立名/食品名	g	献立名/食品名	g
【青大豆おこわ】		【黒コッペパン】		【麦ご飯】		【五目チャーハン】		【五穀ご飯】	
水稲穀粒(精白米)	37.00	黒糖 コッペパン 40g	0.00	水稲穀粒(精白米)	70.00	水稲穀粒(精白米)	70.00	水稲穀粒(精白米)	65.00
水稲穀粒(精白米、もち米)	35.00	黒糖 コッペパン 50g	81.00	白麦 米粒麦	5.94	清酒(上撰)	0.90	水	86.00
だし用昆布	0.60			水	88.22	水	91.00	清酒(上撰)	1.16
水	84.00			清酒(上撰)	0.99	ロースム(無塩せき)みじん	5.00	雑穀(五穀)	8.00
清酒(上撰)	2.00	【牛乳】				食塩	0.08		
食塩	0.10	牛乳(飲)	206.00	【ぎょうざ丼(具)】		サラダ油	0.30	【牛乳】	
大豆(国産、乾) 青	6.00			豚かた(脂身付き)挽き肉	29.00	ねぎ	25.00	牛乳(飲)	206.00
花むすび	1.40	【ほうれん草とベーコンのキッシュ】		こいくちしょうゆ	1.03	にんじん	8.00		
		サラダ油	0.50	清酒(上撰)	1.03	とうもろこし缶詰(ホ-ル)	7.00	【鱈の甘酢あんかけ】	
【牛乳】		ベーコン 千切り	2.40	マメプラスM	4.57	干し椎茸 スライス	0.40	さわら 30g	0.00
牛乳(飲)	206.00	玉葱	17.00	干し椎茸 スライス	0.33	水	0.00	さわら 40g	0.00
		食塩	0.25	たけのこ(水煮缶詰)	3.00	グリーンピース(冷凍)	6.00	さわら 50g	50.00
【鯛のかば焼き風】		白こしょう	0.02	玉葱	14.00	食塩	0.30	食塩	0.10
まいわし 40g開き	0.00	ほうれん草	13.00	キャベツ	14.00	白こしょう	0.02	白こしょう	0.02
まいわし 50g開き	50.00	有塩バター	0.50	ねぎ	9.00	うすくちしょうゆ	1.30	清酒(上撰)	0.70
こいくちしょうゆ	0.30	トマト缶詰(ホ-ル)	4.00	にら	4.00	サラダ油	0.80	でんぷん	5.00
清酒(上撰)	1.00	プロセスチーズ 角	4.00	にんにく(りん茎)	0.72			大豆油	2.00
でんぷん	4.00	豆乳	10.00	しょうが	0.72	【牛乳】		にんにく(りん茎)	0.27
米粉	4.00	クリーム(乳脂肪・植物性脂肪)	2.80	サラダ油	0.80	牛乳(飲)	206.00	しょうが	0.36
大豆油	3.00	たまご 2Lサイズ	41.70	食塩	0.28			ねぎ	7.00
こいくちしょうゆ	2.00			白こしょう	0.02			上白糖	2.10
しょうが	1.00	【ひじきのマリネ】		清酒(上撰)	1.82			食塩	0.04
上白糖	2.00	干ひじき(鉄釜、乾)	2.00	こいくちしょうゆ	2.41	【レバーのパーベキューソース】		トマトケチャップ	3.00
水	15.00	水	18.00	オイスターソース	2.60	むきじゃがいも	65.00	こいくちしょうゆ	0.71
清酒(上撰)	1.00	こいくちしょうゆ	1.50	でんぷん	0.90	豚レバー 10g	39.00	穀物酢	1.34
本みりん	1.00	上白糖	0.50	水	1.82	しょうが	1.12	サラダ油	0.44
でんぷん	0.30	本みりん	0.50	ごま油	0.66	こいくちしょうゆ	1.17	水	8.94
水	0.60	清酒(上撰)	0.50	【牛乳】		でんぷん	5.86	でんぷん	0.36
		にんじん	4.00	牛乳(飲)	206.00	米粉	1.30		
【辛子和え】		きゅうり	5.00			大豆油	5.00	【大根の和え物】	
こまつな	25.00	こまつな	21.00	【中華ツナサラダ】		トマトケチャップ	3.00	ブラックマツパ もやし	14.00
にんじん	3.00	キャベツ	7.00	まぐろ缶詰(水煮フレークワイト)	8.00	中濃ソース	1.80	こまつな	20.00
ブラックマツパ もやし	10.00	まぐろ缶詰(水煮フレークワイト)	4.00	とうもろこし缶詰(ホ-ル)	3.00	上白糖	1.00	こいくちしょうゆ	0.20
キャベツ	12.00	サラダ油	1.10	にんじん	5.00			だいこん	24.00
こいくちしょうゆ	0.30	レモン果汁	1.30	こまつな	20.00			食塩	0.11
こいくちしょうゆ	1.80	穀物酢	2.00	こいくちしょうゆ	0.34	【わかめと豆腐のスープ】		にんじん	3.00
からし(粉)	0.03	食塩	0.10	キャベツ	10.00	わかめ(乾燥、水戻し)	0.50	ボンレスハム千切り	3.00
		白こしょう	0.03	きゅうり	5.00	吸水	5.00	こいくちしょうゆ	1.65
		上白糖	1.00	こいくちしょうゆ	1.70	木綿豆腐	35.00	上白糖	0.33
		玉葱	5.00	上白糖	1.20	にんじん	10.00	食塩	0.05
【根菜汁】				ごま油	0.50	ごま油	10.00	サラダ油	1.20
じゃがいも	28.00			ごま(いり) 白	1.30	こまつな	25.00	とうがらし(粉) 一味	0.02
豚かた(脂身付き)千切り	10.00					ねぎ	12.00		
清酒(上撰)	0.40	【ペンネのカレースープ】		【キムチ鍋風味噌汁】		食塩	0.35		
ごぼう	8.00	にんにく(りん茎)	0.20	はくさい	5.00	白こしょう	0.02		
穀物酢	0.50	若鶏肉モモ(皮付き)千切	3.00	豚ばら脂身つき 小間	7.00	こいくちしょうゆ	1.20		
干し椎茸 スライス	0.30	玉葱	12.00	豚かた(脂身付き)小間	0.00	ごま油	0.30		
吸水	2.07	にんじん	8.00	にんじん	3.00	水	85.00		
にんじん	8.00	キャベツ	12.00	ブラックマツパ もやし	8.00	ブイヨン	7.00		
だいこん	15.00	じゃがいも	25.00	はくさい(キムチ漬け)	5.10	ねぎ(香味)	1.70	【お事汁】	
生揚げ 1/2切	9.00	こまつな	8.00	ぶなしめじ	5.00	しょうが(香味)	0.80	あずき(乾)	6.00
ねぎ	8.00	食塩	0.45	こまつな	4.00	清酒(上撰)	0.80	吸水	8.00
こまつな	6.00	白こしょう	0.02	木綿豆腐 押し30%	20.00			豚かた(脂身付き)小間	8.00
水	85.00	カレー粉	0.20	油揚げ	4.46			こいくちしょうゆ	0.50
削り節(だし用)	3.00	レンズまめ(乾)	3.00	ねぎ	4.00	【りんご】		ごぼう	11.00
こいくちしょうゆ	1.70	ひよこまめ(ゆで)	5.00	米みそ(淡色辛みそ)	4.00	りんご	41.60	板こんにやく黒	8.00
食塩	0.40	マカロニ	8.00	こいくちしょうゆ	0.40			にんじん	8.00
でんぷん	0.80	吸水	7.20	削り節(だし用)	2.70			だいこん	18.00
水	2.00	サラダ油	0.60	水	85.00			さといも	20.00
		水	80.00					木綿豆腐 押し40%	20.00
		ブイヨン コクがら	9.00	【グレープフルーツ】				サラダ油	1.00
		玉葱	1.70	グレープフルーツ	44.80			米みそ(淡色辛みそ)	2.80
		にんじん	1.50					米みそ(赤色辛みそ)	2.80
		セロリー	0.50					水	85.00
		ローリエ	0.02					削り節	1.30
								だし用昆布	0.20
								【オレンジ】	
								オレンジ	32.00

[詳細献立表]

0:通常献立

2025年 2月 1日 ~ 2025年 2月28日

船橋市立坪井小学校

2月10日(月)		2月12日(水)		2月13日(木)		2月14日(金)		2月17日(月)	
献立名/食品名	g	献立名/食品名	g	献立名/食品名	g	献立名/食品名	g	献立名/食品名	g
【ソフト麺】		【麦ご飯】		【麦ご飯】		【チョコレートパン】		【ご飯】	
ソフト麺 70g	0.00	水稻穀粒(精白米)	70.00	水稻穀粒(精白米)	67.00	給食用 コッペパン 40g	0.00	水稻穀粒(精白米)	67.00
ソフト麺 80g	160.00	白麦 米粒麦	5.77	水	88.08	給食用 コッペパン 50g	74.00	水	85.00
ソフト麺 90g	0.00	水	80.53	清酒(上撰)	1.00	ミルクチョコレート	16.00	清酒(上撰)	0.94
		清酒(上撰)	0.96	白麦 米粒麦	5.00	ミルクチョコレート スプレ	0.50	【牛乳】	
【ほうとううどん(汁)】								牛乳(飲)	206.00
豚かた(脂身付き)小間	14.00								
清酒(上撰)	0.15	【牛乳】				【牛乳】		【ししゃものごま揚げ】	
にんじん	6.00	牛乳(飲)	206.00			牛乳(飲)	206.00	ししゃも(生干し) L	0.00
ごぼう	8.00	【鯖のカレー焼き】		【牛乳】				ししゃも(生干し) 2L	24.00
ねぎ	8.00	まさば 30g	0.00	牛乳(飲)	206.00	【ポークビーンズ】		清酒(上撰)	0.20
はくさい	10.00	まさば 40g	40.00			白いんげん豆(乾)	18.00	薄力粉	4.00
西洋かぼちゃ	18.00	まさば 50g	0.00			にんにく(りん茎)	0.50	水	0.00
油揚げ	5.00	こいくちしょうゆ	2.50	【鶏肉の南蛮漬け】		シオルダーベーコン	1.00	ごま(いり) 白	8.00
えのきたけ	5.50	清酒(上撰)	0.80	若鶏肉胸(皮付き)30g	30.00	豚かた(脂身付き)1.5角	0.00	大豆油	4.00
水	90.00	しょうが	0.30	若鶏肉胸(皮付き)40g	0.00	豚もも皮下脂肪なし1.5角	15.00		
削り節(だし用)	1.10	本みりん	1.50	若鶏肉胸(皮付き)50g	0.00	食塩	0.05	【小松菜とコーンのおかか和え】	
だし用昆布	1.00	カレー粉	0.35	食塩	0.15	黒こしょう	0.01	キャベツ	25.00
米みそ(赤色辛みそ)	1.50			清酒(上撰)	2.20	サラダ油	0.80	こまつな	25.00
米みそ(淡色辛みそ)	8.00			でんぷん	4.40	むき玉葱	21.00	にんじん	5.00
清酒(上撰)	1.00	【ごま和え】		大豆油	6.00	サラダ油	0.55	とうもろこし缶詰(ホ-ル)	10.00
本みりん	1.00	こまつな	21.00	穀物酢	4.40	むき玉葱	15.00	こいくちしょうゆ	1.70
こまつな	8.00	にんじん	4.00	こいくちしょうゆ	3.30	サラダ油	0.30	本みりん	1.00
		ブラックペ ーもやし	35.00	三温糖	3.30	にんじん	13.00	水	1.50
【牛乳】		こいくちしょうゆ	0.00	ごま油	0.77	むきじゃがいも	42.00	糸削り	1.00
牛乳(飲)	206.00	本みりん	1.00	清酒(上撰)	0.77	トマト缶詰(ホ-ル)	9.61		
		上白糖	1.00	ねぎ	5.00	ローリエ	0.01	【高野豆腐の卵とじ】	
【コーンサラダ】		米みそ(淡色辛みそ)	2.00	とうがらし(粉) 一味	0.03	トマトピューレ	3.00	凍り豆腐	3.10
こまつな	15.00	こいくちしょうゆ	1.20			トマトケチャップ	5.00	たけのこ(水煮缶詰)	8.00
にんじん	5.00	ごま(いり) 白すりごま	1.50			食塩	0.35	玉葱	14.85
キャベツ	15.00			【人参しりしり】		三温糖	1.00	にんじん	7.00
きゅうり	6.00			にんじん	46.00	中濃ソース	2.00	むきじゃがいも	50.00
とうもろこし缶詰(ホ-ル)	10.00	【豚肉と大根の旨煮】		サラダ油	1.00	パプリカ(粉)	0.22	油揚げ	3.00
サラダ油	1.00	豚かた(脂身付き)小間	20.00	油揚げ	7.00	オ-ルスパイス(粉)	0.01	水	36.00
ぶどう酢	2.00	清酒(上撰)	0.30	清酒(上撰)	1.00	クリーム(乳脂肪)	1.60	削り節(だし用)	0.54
白こしょう	0.02	こいくちしょうゆ	0.30	清酒(上撰)	1.00	プロセスチーズ 粉	2.00	三温糖	2.90
上白糖	1.20	だいこん	30.00	こいくちしょうゆ	2.50	さやいんげん	3.00	こいくちしょうゆ	5.10
食塩	0.30	むきじゃがいも	25.00	上白糖	0.75	水	33.00	本みりん	0.90
玉葱	3.00	にんじん	15.00	ごま(いり) 白	1.50	ココ鶏スープ	3.30	たまご 2Lサイズ	20.00
		板こんにゃく	15.00			玉葱(香味)	0.40	グリーンピース(冷凍)	3.00
【米粉のキャロットケーキ】		干し椎茸 スライス	1.00	【八宝味噌汁】		にんじん(香味)	0.30	サラダ油	1.00
米粉	6.00	こんぶ	0.75	むきじゃがいも	30.00	セロリ(香味)	0.10		
薄力粉	6.00	さつま揚げ	10.00	にんじん	8.00	ローリエ	0.01	【オレンジ】	
ベーキングパウダー	0.65	サラダ油	1.00	だいこん	15.00			オレンジ	26.00
脱脂粉乳	3.00	水	10.00	板こんにゃく黒	7.00				
三温糖	2.00	削り節(だし用)	0.50	木綿豆腐	30.00	【森の茸サラダ】			
有塩バター	2.01	三温糖	2.00	油揚げ	3.00	こまつな	23.30		
にんじんジュース(缶詰)	7.50	本みりん	2.00	ごぼう	8.00	キャベツ	15.00		
にんじん	5.00	清酒(上撰)	2.00	ねぎ	10.00	玉葱	4.00		
調製豆乳	7.50	こいくちしょうゆ	3.10	こまつな	5.00	ボンレスハム干切り	2.50		
紙皿 丸12A 60ml	1.00	食塩	0.15	米みそ(淡色辛みそ)	2.80	えのきたけ	2.00		
				米みそ(赤色辛みそ)	2.80	ぶなしめじ	2.00		
		【りんご】		削り節(だし用)	3.00	マッシュルーム(水煮缶詰)	3.00		
		りんご	23.40	水	85.00	サラダ油	1.00		
				【オレンジ】		ぶどう酢	0.25		
				オレンジ	26.00	白こしょう	0.02		
						上白糖	0.25		
						穀物酢	0.60		
						食塩	0.15		
						こいくちしょうゆ	0.25		
						【はっさく】			
						はっさく L	24.96		

[詳細献立表]

0:通常献立

2025年 2月 1日 ~ 2025年 2月28日

船橋市立坪井小学校

2月18日(火)		2月19日(水)		2月20日(木)		2月21日(金)		2月25日(火)	
献立名/食品名	g	献立名/食品名	g	献立名/食品名	g	献立名/食品名	g	献立名/食品名	g
【ご飯】		【ご飯】		【チキンライス】		【ご飯】		【ごま麦ご飯】	
水稲穀粒(精白米)	70.00	水稲穀粒(精白米)	67.00	水稲穀粒(精白米)	67.00	水稲穀粒(精白米)	70.00	水稲穀粒(精白米)	66.00
水	85.00	水	83.27	水	62.48	水	89.09	水	88.08
清酒(上撰)	0.94	清酒(上撰)	0.96	白ワイン	0.94	清酒(上撰)	0.97	清酒(上撰)	1.00
【牛乳】				若鶏肉モモ(皮付き)1cm角	18.00			白麦 米粒麦	5.00
牛乳(飲)	206.00			白ワイン	0.90			ごま(いり) 白	1.20
【麻婆豆腐(具)】		【牛乳】		玉葱	15.00	【牛乳】			
木綿豆腐	68.00	牛乳(飲)	206.00	にんじん	3.00	牛乳(飲)	206.00		
豚かた(脂身付き)挽き肉	17.00			マッシュルーム(水煮缶詰)	3.42				
こいくちしょうゆ	0.85	【ぼらの葱ごまマヨ焼き】		グリーンピース(冷凍)	3.00				
清酒(上撰)	0.85	ぼら	0.00	食塩	0.45	【鯛のさんが焼き】		【牛乳】	
上白糖	0.17	ぼら 40g	40.00	白こしょう	0.04	まいわしすり身	37.00	牛乳(飲)	206.00
にんにく(りん茎)	0.30	ぼら 50g	0.00	トマトピューレ	3.42	豚もも皮下脂肪なし	18.00		
しょうが	0.43	清酒(上撰)	1.50	トマトケチャップ	5.99	豚かた(脂身付き)挽き肉	0.00	【鶏のオニオン風味揚げ】	
干し椎茸 スライス	0.43	食塩	0.12	サラダ油	1.20	ねぎ	10.00	若鶏肉モモ(皮付き)30g	0.00
たけのこ(水煮缶詰)	6.00	黒こしょう	0.02			パン粉(生)	5.00	若鶏肉モモ(皮付き)40g	40.00
にんじん	8.00	ねぎ	5.00	【牛乳】		米みそ(淡色辛みそ)	4.00	若鶏肉モモ(皮付き)50g	0.00
ねぎ	17.00	ごま(いり) 白すりごま	2.60	牛乳(飲)	206.00	しょうが	0.70	こいくちしょうゆ	2.70
にら	6.00	エッグフリーマヨネーズ	6.00			上白糖	2.00	清酒(上撰)	1.10
サラダ油	1.02	こいくちしょうゆ	1.03	【ポトフ】		清酒(上撰)	1.00	玉葱	11.00
トウバンジャン	0.26			豚かた(脂身付き)1.5角	20.00	本みりん	1.00	でんぷん	7.50
上白糖	1.90			豚もも皮下脂肪なし1.5角	0.00	ごま(いり) 白	1.00	大豆油	3.00
こいくちしょうゆ	3.79	【きんぴら炒め】		食塩	0.08				
米みそ(赤色辛みそ)	3.40	豚かた(脂身付き)千切り	10.00	白こしょう	0.01	【小松菜のおろし和え】		【干草和え】	
食塩	0.05	ごぼう	20.00	赤ワイン	1.00	ブロッコリー もやし	24.00	キャベツ	23.00
ごま油	0.30	穀物酢	2.00	水	8.00	こまつな	18.00	にんじん	3.50
粉さんしょう	0.02	板こんにやく黒つき	20.00	ベーコン(無塩せき) 短冊	6.00	なめこ(水煮缶詰)	7.00	きゅうり	12.00
でんぷん	1.70	れんこん	16.00	玉葱	18.00	にんじん	4.30	とうもろこし缶詰(ホル)	6.00
水	2.55	穀物酢	1.50	にんじん	10.00	だいこん	20.00	こまつな	16.10
水	30.00	にんじん	15.00	むきじゃがいも	60.00	こいくちしょうゆ	3.40	こいくちしょうゆ	0.39
湯菜譜	3.00	青ピーマン	5.00	さやいんげん	4.00	本みりん	2.30	ボンレスハム千切り	3.00
しょうが(香味)	0.30	サラダ油	0.90	セロリー	4.00			緑豆はるさめ	2.00
ねぎ(香味)	0.50	かぶ	2.00	こまつな	10.00	【だまこ汁】		水	6.60
清酒(上撰)	0.12	清酒(上撰)	2.00	かぶ	15.00	若鶏肉モモ(皮付き)1cm角	12.00	上白糖	1.20
【茎わかめの和え物】		本みりん	1.00	食塩	0.50	若鶏肉胸(皮付き)1cm角	0.00	食塩	0.25
冷凍細切り茎わかめ	10.00	こいくちしょうゆ	3.00	白こしょう	0.02	清酒(上撰)	0.58	こいくちしょうゆ	2.20
にんじん	5.00	とうがらし(粉) 一味	0.02	こいくちしょうゆ	0.60	ごぼう	4.00	ごま油	0.77
ブロッコリー もやし	32.49			水	50.00	にんじん	5.00	穀物酢	1.55
こいくちしょうゆ	0.80	【呉汁】		ブイヨン	8.00	だいこん	14.00	からし(粉)	0.03
こまつな	15.00	油揚げ	3.20	ローリエ	0.02	ねぎ	5.00		
きゅうり	8.00	木綿豆腐	25.00	玉葱(香味)	1.00	まいたけ	2.50		
サラダ油	1.20	にんじん	5.00	にんじん(香味)	0.80	水	85.00	【さつま汁】	
穀物酢	0.72	だいこん	15.00			だし用昆布	0.58	若鶏肉胸(皮付き)小間	7.00
上白糖	0.96	じゃがいも	28.00	【水菜とごぼうのサラダ】		削り節(だし用)	2.32	しょうが	0.40
食塩	0.15	むきじゃがいも	0.00	みずな	15.00	食塩	0.60	にんじん	10.00
こいくちしょうゆ	2.40	ねぎ	10.00	ごぼう	6.00	こいくちしょうゆ	1.50	だいこん	11.00
からし(粉)	0.02	こまつな	10.00	こいくちしょうゆ	0.93	清酒(上撰)	0.94	ごぼう	5.00
ごま(いり) 白	1.00	大豆(国産、乾)	7.00	穀物酢	0.58	だまこもち	28.30	板こんにやく	5.00
		吸水	3.00	にんじん	5.00	こまつな	15.00	さつまいも	31.00
		無調整豆乳	20.36	きゅうり	8.00			こまつな	19.00
		清酒(上撰)	1.00	とうもろこし缶詰(ホル)	4.00			米みそ(淡色辛みそ)	2.80
		米みそ(淡色辛みそ)	2.80	エッグフリーマヨネーズ	4.50	【はっさく】		米みそ(赤色辛みそ)	2.80
【のり塩チップ】		水	70.00	こいくちしょうゆ	1.39	はっさく L	30.72	水	85.00
むきじゃがいも	50.00	削り節(だし用)	2.30	ごま(いり) 白	0.94			削り節(だし用)	2.20
いり大豆(黄大豆)	8.00	だし用昆布	0.68	ごま(ねり・白)	1.00				
大豆油	2.00								
食塩	0.12								
あおのり	0.20								
				【ぼんかん】					
				ぼんかん L	108.00				

[詳細献立表]

0: 通常献立

2025年 2月 1日 ~ 2025年 2月28日

船橋市立坪井小学校

2月26日(水)		2月27日(木)		2月28日(金)					
献立名/食品名	g	献立名/食品名	g	献立名/食品名	g	献立名/食品名	g	献立名/食品名	g
【ご飯】		【ご飯】		【きなこ揚パン】					
水稲穀粒(精白米)	70.00	水稲穀粒(精白米)	67.00	給食用 コッペパン 40g	0.00				
水	82.87	清酒(上撰)	0.96	給食用 コッペパン 50g	0.00				
清酒(上撰)	0.97	水	88.41	給食用 コッペパン 60g	88.80				
				大豆油	4.00				
				三温糖	3.85				
				上白糖	0.55				
【牛乳】		【牛乳】		きな粉(大豆)	5.50				
牛乳(飲)	206.00	牛乳(飲)	206.00	食塩	0.03				
【たらのベーコンロール】		【家常厚揚げ】		【牛乳】					
まだら 40g	0.00	生揚げ	60.00	牛乳(飲)	206.00				
まだら 50g	50.00	豚かた(脂身付き)挽き肉	10.00						
まだら 60g	0.00	しょうが	0.40	【ワンタンスープ】					
食塩	0.20	清酒(上撰)	0.40	ワンタンの皮 10.5cm	11.00				
白こしょう	0.02	こいくちしょうゆ	0.80	豚かた(脂身付き)挽き肉	7.40				
白ワイン	1.00	干し椎茸 スライス	0.90	しょうが	0.16				
ベーコン 15g薄切り	15.00	水	3.60	こいくちしょうゆ	0.24				
クッキングオイル	1.00	たけのこ(水煮缶詰)	8.00	清酒(上撰)	0.08				
		にんじん	11.00	食塩	0.04				
【ごまドレッシングサラダ】		むき玉葱	28.00	ねぎ	1.00				
キャベツ	16.00	はくさい	33.00	豚かた(脂身付き)千切り	10.00				
にんじん	4.00	こまつな	12.50	しょうが	0.32				
きゅうり	5.00	清酒(上撰)	2.20	こいくちしょうゆ	0.48				
ブラックマッパ もやし	10.00	上白糖	2.00	清酒(上撰)	0.16				
こまつな	14.00	こいくちしょうゆ	2.41	食塩	0.04				
レタス	7.00	米みそ(赤色辛みそ)	4.90	にんじん	5.00				
穀物酢	1.40	トウバンジャン	0.35	ねぎ	14.00				
サラダ油	1.20	ごま油	0.60	干し椎茸 スライス	0.40				
食塩	0.15	でんぷん	1.10	ブラックマッパ もやし	16.00				
こいくちしょうゆ	1.70	水	2.00	たけのこ(水煮缶詰)	4.20				
上白糖	1.00	サラダ油	1.00	こまつな	16.10				
ごま(いり) 白	1.50			水	90.00				
玉葱	1.00			湯菜譜	9.80				
		【のり酢和え】		しょうが(香味)	0.72				
【ひよこ豆とホリのスープ煮】		こまつな	21.00	ねぎ(香味)	1.44				
サラダ油	0.60	とうもろこし缶詰(ホ-ル)	6.00	清酒(上撰)	0.72				
ベーコン(無塩せき) 短冊	3.00	ブラックマッパ もやし	31.00	こいくちしょうゆ	1.80				
玉葱	20.00	にんじん	4.00	食塩	0.31				
にんじん	12.00	食塩	0.15	白こしょう	0.02				
むきじゃがいも	50.00	こいくちしょうゆ	1.80						
キャベツ	18.00	穀物酢	1.30	【ポテトサラダ】					
ひよこまめ(ゆで)	11.00	三温糖	0.30	玉葱	2.00				
マッシュルーム(水煮缶詰)	6.30	食塩	0.10	ボンレスハム千切り	3.50				
食塩	0.35	焼きのり きざみ	0.60	むきじゃがいも	30.00				
白こしょう	0.02			穀物酢	1.00				
水	14.54			食塩	0.05				
コク鶏スープ	1.48			白こしょう	0.03				
ローリエ	0.01			サラダ油	1.00				
玉葱(香味)	0.30			キャベツ	16.00				
にんじん(香味)	0.23	【スイートポテト】		にんじん	8.00				
セロリ(香味)	0.07	さつまいも	38.00	きゅうり	6.00				
グリーンピース(冷凍)	3.64	いんげんまめ(ゆで) ペ-スト	10.00	食塩	0.15				
こまつな	5.00	上白糖	4.00	とうもろこし缶詰(ホ-ル)	6.00				
		食塩	0.20	ぶどう酢	0.30				
【ぼんかん】		有塩バター	2.00	からし(粉)	0.01				
ぼんかん L	108.00	バニラエッセンス	0.01	こまつな	9.00				
		紙皿	1.00						
				【いよかん】					
				いよかん 2L	20.80				