

※原材料が2つ以上の食品に限り、別紙「原材料表」に記載があります。

6/2 (月)				6/3 (火)				6/4 (水)				6/5 (木)				6/6 (金)			
期	食品名	分量 g	特定原材料 (8品目)	期	食品名	分量 g	特定原材料 (8品目)	期	食品名	分量 g	特定原材料 (8品目)	期	食品名	分量 g	特定原材料 (8品目)	期	食品名	分量 g	特定原材料 (8品目)
年	牛乳		乳・乳製品	年	牛乳		乳・乳製品	年	ミルクコーヒー		乳・乳製品	年	牛乳		乳・乳製品	年	牛乳		乳・乳製品
	★普通牛乳	206.00		★普通牛乳	206.00	★ミルクコーヒー		206.00	★普通牛乳	206.00									
学	五穀ごはん			学	ごはん			学	バター・コーンピラフ			学	きつねうどん(めん)		小麦	年	コッペパン		乳・乳製品、小麦
	水稻穀粒 精白米	90.00		水稻穀粒 精白米	100.00	水稻穀粒 精白米		90.00	★冷凍うどん(大袋)	230.00									
月	雑穀米	10.00		月	えびと青梗菜の春雨スープ			年	鶏ガラスープ	4.00	乳・乳製品	年	氷(ロックアイス)	10.00		年	★包装コッペパン60g 背割り	60.00	
学	清酒 本醸造酒	2.00		学	なたね油	0.80		学	★有塩バター	3.00		年	生徒用使い捨て手袋	1.00		学	ポークビーンズ		
年	食塩	0.30		月	しょうが	0.60		学	ショルダーベーコン(角切)	10.00		学	きつねうどん(つけ汁)			学	なたね油	0.50	乳・乳製品
	じゃが芋の味噌汁			月	にんにく	0.30		月	たまねぎ	10.00		年	油揚げ	20.00		学	★有塩バター	4.00	
月	じゃがいも	45.00		月	若鶏もも皮無し小間肉	15.00	えび	月	にんじん	5.00		年	三温糖	1.60		学	★薄力粉	5.00	小麦
年	油揚げ	10.00		学	★冷凍むきエビ	15.00		学	冷凍スイートコーン	25.00		年	こいくちしょうゆ	2.70		学	なたね油	0.50	
年	冷凍わかめ	10.00		学	清酒 本醸造酒	1.00		年	冷凍えだまめ	5.00		年	だし汁	5.00		月	セロリー	1.00	
学	えのきたけ	5.00		月	チンゲンサイ	15.00		年	マッシュルーム水煮	10.00		月	豚小間肉(そとモモ)	10.00		月	にんにく	0.30	
月	たまねぎ	20.00		月	にんじん	10.00		年	食塩	0.50		月	にんじん	10.00		月	たまねぎ	60.00	
年	淡色辛みそ	5.30		学	もやし・生	20.00		年	白こしょう	0.03		月	こまつな	15.00		学	豚・肩ロース小間切れ	20.00	
年	赤色辛みそ	5.30		年	緑豆はるさめ	5.00		年	鶏ガラブイヨン	6.00		年	こまつな	15.00		月	ぶどう酒 赤	1.00	
年	混合だしパック(鰯・鯖)	3.60		年	鶏ガラブイヨン	35.00		年	冷凍わかめ	10.00		月	長ねぎ	10.00		月	にんじん	10.00	
年	だし昆布	1.20							スパニッシュオムレツ			月	じゃがいも	40.00		月	国産だいたず	15.00	
	水	120.00										学	なたね油	0.50		年	食塩	0.20	
月	鯖のカレー焼き			年	食塩	0.50		学	なたね油	0.50		年	こいくちしょうゆ	8.00		年	豚ガラスープ	6.00	
	さば切身	60.00		年	白こしょう	0.03		学	冷凍じゃがいも	25.00		学	鯖厚削り節	2.20		学	トマトケチャップ	10.00	
学	清酒 本醸造酒	1.60		年	こいくちしょうゆ	2.00		月	冷凍ほうれんそう	7.00		年	鰹厚削り節	2.20		学	トマトピューレー	7.00	
月	しょうが	0.40		月	★液卵			月	★液卵	60.00		年	だし昆布	1.00		年	★ウスターソース	3.80	
月	たまねぎ	4.00		学	なたね油	0.50		学	★調理用牛乳	3.00	乳・乳製品	年	三温糖	1.30		年	食塩	0.50	
年	こいくちしょうゆ	4.00		月	しょうが	1.00		学	★生クリーム	3.00		年	三温糖	1.30		年	食塩	0.50	
年	カレー粉	0.40		月	豚小間肉(そとモモ)	20.00		年	食塩	0.50	乳・乳製品	年	本みりん	1.00		年	チャツナス	0.50	
年	食塩	0.10		学	生揚げ 巾1/2カット揚げ	60.00		年	水	0.50		年	水	140.00		学	★デミグラスソース	2.00	
月	ごま和え			月	にんじん	15.00		年	白こしょう	0.03		年	とり天			年	三温糖	0.40	
	キャベツ	30.00		年	紙カップ小判深口	1.00		月	若鶏もも皮無し小間肉	15.00		月	若鶏肉・ささ身	50.00		水	50.00		
月	こまつな	10.00		年	菌床干しいたけ(せん切り)	0.80		学	トマトケチャップ	10.00		月	しょうが	0.30		月	白身魚のカリカリフライ		
月	もやし・生	20.00		学	たけのこ水煮	15.00		学	小松菜ソテー			年	こいくちしょうゆ	1.00		月	ホキ切身	50.00	
月	にんじん	10.00		月	キャベツ	35.00		月	なたね油	0.50		学	清酒 本醸造酒	0.50		年	食塩	0.20	
年	三温糖	2.50		月	長ねぎ	10.00		月	にんにく	0.20		年	本みりん	0.50		学	ぶどう酒 白	1.00	
年	白すりごま	2.00		年	三温糖	1.00		月	こまつな	20.00		学	★薄力粉	9.00	小麦	学	うすくちしょうゆ	1.50	
年	こいくちしょうゆ	4.00		年	食塩	0.40		月	キャベツ	25.00		年	米粉	1.00		学	黒こしょう	0.03	
年	水	2.00		年	こいくちしょうゆ	4.00		月	水	15.00		年	水	2.00		年	★薄力粉	7.00	小麦
				年	黒こしょう	0.03		月	にんじん	10.00		年	食塩	0.20		学	水	5.00	
				年	オイスターソース	1.00		年	こいくちしょうゆ	2.50		学	揚げ油	7.00		月	コーンフレーク	14.00	
				年	赤色辛みそ	4.00		年	白こしょう	0.02		学	かみかみサラダ			学	揚げ油	6.00	
				年	豆板醤	0.40		年	三温糖	0.50		年	国産だいたず	6.00		学	ほうれん草とコーンのソテー		
				年	鶏ガラスープ	12.00		年	食塩	0.10		月	キャベツ	30.00		学	なたね油	0.50	
				年	じゃがいもでん粉	3.00		年	食塩	0.10		月	きゅうり	15.00		学	ショルダーベーコン(短冊)	5.00	
				学	ごま油	0.40		年	三温糖	0.60		月	するめいか	2.00		年	冷凍ほうれんそう	30.00	
				月	中華風サラダ			年	白すりごま	1.00		学	清酒 本醸造酒	0.50		月	キャベツ	20.00	
				月	きゅうり	15.00		年	こいくちしょうゆ	3.00		学	冷凍スイートコーン	20.00		年	食塩	0.20	
				月	だいこん	30.00		年	焼き竹輪	10.00		学	だし汁	1.20		年	白こしょう	0.01	
				学	焼き竹輪	10.00		年	りんご酢	1.50		学	ごま油	0.50		年	うすくちしょうゆ	1.00	
				年	冷凍わかめ	15.00		年	冷凍わかめ	15.00		学	りんご酢	1.80					
				学	ごま油	0.50		年	ごま油	0.50		月	たまねぎ	2.00		学	白こしょう	0.01	
				学	米酢	1.50		学	りんご酢	1.50		年	こいくちしょうゆ	1.80					
				学	りんご酢	1.50		年	三温糖	0.80		年	三温糖	0.80		学	からし・粉(洋)	0.01	
				年	食塩	0.10		年	食塩	0.10		年	食塩	0.18					
				年	三温糖	0.60		学	からし・粉(洋)	0.01									

※原材料が2つ以上の食品に限り、別紙「原材料表」に記載があります。

6/9 (月)				6/10 (火)				6/11 (水)				6/12 (木)				6/13 (金)			
期	食品名	分量 g	特定原材料 (8品目)	期	食品名	分量 g	特定原材料 (8品目)	期	食品名	分量 g	特定原材料 (8品目)	期	食品名	分量 g	特定原材料 (8品目)	期	食品名	分量 g	特定原材料 (8品目)
年	牛乳			年	牛乳			年	牛乳			年	牛乳			年	牛乳		
★普通牛乳		206.00	乳・乳製品	★普通牛乳		206.00	乳・乳製品	★普通牛乳		206.00	乳・乳製品	★普通牛乳		206.00	乳・乳製品	★普通牛乳		206.00	乳・乳製品
学	ごはん			梅ごはん				学	ごはん			年	じゃこと小松菜のチャーハン			学	じゃこと小松菜のチャーハン		
水稲穀粒 精白米		100.00		水稲穀粒 精白米		100.00		学	水稲穀粒 精白米		100.00	年	水稲穀粒 精白米		90.00	学	水稲穀粒 精白米		90.00
具だくさんすまし汁				乾燥カリカリ梅		2.20		年	トッポギスープ			年	生徒用使い捨て手袋		2.00	年	こいくちしょうゆ		2.00
にんじん		15.00		白いりごま		1.00		月	若鶏もも皮無し小間肉		10.00	年	ジャージャー麺(具)			年	豚ガラスープ		4.00
こんにゃく(色紙)		10.00		豆腐と油揚げの味噌汁				月	はくさい		30.00	学	ごま油		0.50	月	豚ばら肉小間		15.00
ごぼう		15.00		油揚げ		15.00		月	にんじん		10.00	月	豚挽肉(そとモモ)		30.00	学	ちりめんじゃこ		7.00
生揚げ 巾1/2カット揚げ		20.00		年	木綿豆腐		30.00	月	トッポギ		20.00	年	国産だいたいず・水煮・みじん		10.00	月	にんじん		10.00
長ねぎ		10.00		月	にんじん		10.00	月	長ねぎ		10.00	月	にんにく		0.50	月	ごまつな		20.00
だいこん		30.00		月	キャベツ		20.00	年	菌床干しいたけ(せん切り)		1.00	月	しょうが		0.60	月	長ねぎ		10.00
こまつな		10.00		学	しめじ		15.00	年	食塩		0.60	月	たまねぎ		70.00	月	しょうが		0.50
本みりん		1.50		月	長ねぎ		10.00	年	白ごしょう		0.02	月	にんじん		30.00	年	オイスターソース		1.10
こいくちしょうゆ		3.00		年	淡色辛みそ		5.00	年	こいくちしょうゆ		2.00	学	たけのこ水煮		25.00	年	白ごしょう		0.03
食塩		0.50		年	赤色辛みそ		5.00	学	清酒 本醸造酒		1.00	年	菌床干しいたけ(せん切り)		1.00	年	こいくちしょうゆ		2.00
だし昆布		1.00		年	だし昆布		1.00	年	鶏ガラブイヨン		33.00	年	八丁みそ		4.00	学	清酒 本醸造酒		0.50
鯉厚削り節		3.60		年	混合だしバック(鰯・鯖)		3.60	年	じゃがいもでん粉		1.00	年	甜麺醤		10.00	年	食塩		0.50
水		120.00		水		120.00		学	ごま油		0.50	年	鶏ガラスープ		8.00	年	鶏ガラスープ		3.00
ししゃも焼き				鰯の香り揚げ				学	水		110.00	年	三温糖		0.50	学	ごま油		0.50
学	子持ちししゃも		40.00	月	まいわし		40.00	学	豚キムチ			年	清酒 本醸造酒		1.50	学	オニオンスープ		
学	なたね油		1.50	月	しょうが		1.00	学	なたね油		0.50	年	こいくちしょうゆ		5.00	学	なたね油		0.50
鶏の塩肉じゃが				月	にんにく		0.20	月	豚・肩ロース小間切れ		20.00	年	豆板醤		0.50	学	ショルダーベーコン(短冊)		10.00
学	なたね油		1.00	年	こいくちしょうゆ		2.60	月	豚小間肉(そとモモ)		35.00	学	一味とうがらし		0.02	月	たまねぎ		50.00
月	若鶏もも皮無し小間肉		15.00	学	ごま油		0.20	学	清酒 本醸造酒		2.00	年	じゃがいもでん粉		2.00	月	キャベツ		25.00
月	たまねぎ		20.00	学	★薄力粉		3.50	年	しらたき		20.00	年	水		5.00	年	マッシュルーム水煮		5.00
月	にんじん		10.00	年	じゃがいもでん粉		4.50	月	たまねぎ		40.00	年	卵とほうれん草のスープ			月	にんじん		10.00
月	じゃがいも		35.00	学	揚げ油		5.00	月	にんじん		10.00	年	冷凍ほうれんそう		20.00	年	バジル		0.01

※原材料が2つ以上の食品に限り、別紙「原材料表」に記載があります。

6/17 (火)				6/18 (水)				6/19 (木)				6/20 (金)				6/23 (月)			
期	食品名	分量 g	特定原材料 (8品目)	期	食品名	分量 g	特定原材料 (8品目)	期	食品名	分量 g	特定原材料 (8品目)	期	食品名	分量 g	特定原材料 (8品目)	期	食品名	分量 g	特定原材料 (8品目)
年	牛乳			年	牛乳			年	牛乳			年	牛乳			年	牛乳		
★普通牛乳	206.00	乳・乳製品		★普通牛乳	206.00	乳・乳製品		★普通牛乳	206.00	乳・乳製品		★普通牛乳	206.00	乳・乳製品		★普通牛乳	206.00	乳・乳製品	
学	ごはん			和風ツナスバゲティ				フルコギ丼(ごはん)				ごはん				人参シリシトースト			
水稲穀粒 精白米	100.00			★スバゲティ	65.00	小麦		水稲穀粒 精白米	100.00			水稲穀粒 精白米	100.00			★無包装食パン60 g	70.00	乳・乳製品、小麦	
玉ねぎと油揚げの味噌汁				なたね油	3.50			フルコギ丼(具)				こしね汁				なたね油	0.40		
油揚げ	15.00			まぐろ油漬・ライト	25.00			月 豚・肩ロース小間切れ	30.00			月 若鶏もも皮無し小間肉	10.00			月 にんじん	30.00		
たまねぎ	35.00			しょうが	0.20			月 豚小間肉(そとモモ)	20.00			年 菌床干しいたけ(せん切り)	1.00			月 たまねぎ	20.00		
にんじん	15.00			月にんく	1.00			年 こいくちしょうゆ	5.00			月 にんじん	10.00			年 まぐろ油漬・ライト	15.00		
冷凍わかめ	10.00			月 たまねぎ	30.00			年 甜麺醤	5.00			月 ごぼう	10.00			月 ★冷凍いりたまご	15.00	卵	
★白玉麩	1.00	小麦		月 こまつな	20.00			学 はちみつ	2.00			月 長ねぎ	10.00			年 こいくちしょうゆ	1.50		
淡色辛みそ	5.00			年 マッシュルーム水煮	10.00			学 コチュジャン	3.00			年 木綿豆腐	30.00			年 食塩	0.10		
赤色辛みそ	5.00			年 食塩	0.50			学 清酒 本醸造酒	1.50			年 こんにゃく(色紙)	10.00			学 ★ビザチーズ	20.00	乳・乳製品	
混合だしパック(鰯・鯖)	4.50			年 こいくちしょうゆ	7.00			年 三温糖	1.00			年 淡色辛みそ	4.50			生徒使用い捨て手袋	1.00		
だし昆布	1.50			年 白こしょう	0.02			年 白いりごま	1.00			年 赤色辛みそ	4.50			五目スープ			
水	150.00			学 一味とうがらし	0.02			年 白こしょう	0.01			年 だし昆布	1.20			月 にんじん	10.00		
シイラの照り焼き				年 鶏ガラスープ	5.00			学 ごま油	1.00			学 鯖厚削り節	4.00			月 だいこん	20.00		
月 しいら(生)	60.00			月 しょうが	0.20			月 にんにく	0.60			水	140.00			年 きくらげ(スライス)	0.50		
学 清酒 本醸造酒	1.00			野菜のソテー				月 しょうが	0.30			年 こいくちしょうゆ	1.00			年 木綿豆腐	20.00		
年 こいくちしょうゆ	2.50			月 キャベツ	25.00			月 たまねぎ(皮むき)	40.00			チーズ入りオランダコロッケ				月 チンゲンサイ	20.00		
年 本みりん	1.50			月 にんじん	10.00			月 にんじん	20.00			学 なたね油	0.50			月 長ねぎ	10.00		
学 なたね油	0.50			学 冷凍えだまめ	5.00			月 青ピーマン	15.00			月 豚挽肉(そとモモ)	10.00			年 食塩	0.50		
月 しょうが	0.05			学 冷凍スイートコーン	10.00			学 しめじ	10.00			月 たまねぎ(皮むき)	10.00			年 白こしょう	0.02		
年 こいくちしょうゆ	3.50			年 ウインナー(カット)	15.00			学 なたね油	1.00			学 冷凍じゃがいも	60.00			年 こいくちしょうゆ	3.00		
年 三温糖	2.00			年 こいくちしょうゆ	2.50			学 冷凍えだまめ	1.80			学 乾燥じゃがいも	6.00			年 豚ガラスープ	20.00		
学 清酒 本醸造酒	1.30			年 三温糖	0.50			わかめとビーフのスープ				学 乾燥マッシュポテト	8.00			年 鶏ガラスープ	20.00		
年 じゃがいもでん粉	0.50			年 白こしょう	0.02			月 若鶏もも皮無し小間肉	10.00			月 ★プロセスチーズ(ダイスカット)	5.00	乳・乳製品		学 ごま油	0.50		
水	10.00			年 食塩	0.50			年 冷凍わかめ	12.00			年 食塩	0.40			水	100.00		
大豆もやしのサラダ				学 オリーブ油	0.50			学 ビーフン	7.00			年 白こしょう	0.02			鶏肉のレモン煮			
学 だいずもやし	30.00			南瓜の開口笑				学 たけのご水煮	15.00			水	10.00			月 若鶏肉もも・皮付切身	60.00		
月 チンゲンサイ	15.00			かぼちゃミクロペースト	12.00			月 こまつな	15.00			学 ★薄力粉	7.00	小麦		年 こいくちしょうゆ	1.00		
月 だいこん	15.00			年 三温糖	5.00			月 長ねぎ	10.00			年 ★パン粉 乾燥	10.00	小麦		学 清酒 本醸造酒	1.00		
月 にんじん	10.00			年 ★ケーキミックス粉	20.00	小麦		年 こいくちしょうゆ	1.50			学 揚げ油	7.00			年 じゃがいもでん粉	6.00		
年 三温糖	0.70			水	5.00			年 食塩	0.85			年 ★中濃ソース	8.00	小麦		学 揚げ油	6.00		
年 こいくちしょうゆ	3.50			年 白いりごま	3.00			年 白こしょう	0.02			キャベツのおかか和え				年 こいくちしょうゆ	4.50		
年 食塩	0.05			学 揚げ油	6.00			年 鶏ガラブイヨン	35.00			月 キャベツ	40.00			年 本みりん	1.00		
学 米酢	1.50			紙ナプキン	1.00			水	120.00			月 こまつな	20.00			学 清酒 本醸造酒	1.00		
学 ごま油	1.50			生徒使用い捨て手袋	1.00			学 ごま油	0.50			月 にんじん	10.00			年 三温糖	3.50		
年 白いりごま	1.00							大根のごまキムチ和え				年 こいくちしょうゆ	3.50			学 レモン・果汁	3.00		
								月 だいこん	40.00			年 本みりん	1.30						
								月 きゅうり	10.00			年 だし汁	1.50						
								年 はくさい・キムチ	15.00			学 かつお節	0.40						
								月 にんにく	0.30										
								月 しょうが	0.30										
								年 食塩	0.20										
								年 こいくちしょうゆ	1.00										
								学 ごま油	1.00										
								年 白いりごま	0.50										

Bコース

6月

【 詳 細 献 立 表 】

※原材料が2つ以上の食品に限り、別紙「原材料表」に記載があります。

6/24 (火)				6/25 (水)				6/26 (木)				6/27 (金)				6/30 (月)			
期	食品名	分量 g	特定原材料 (8品目)	期	食品名	分量 g	特定原材料 (8品目)	期	食品名	分量 g	特定原材料 (8品目)	期	食品名	分量 g	特定原材料 (8品目)	期	食品名	分量 g	特定原材料 (8品目)
年	牛乳		乳・乳製品	年	牛乳		乳・乳製品	年	牛乳		乳・乳製品	年	牛乳		乳・乳製品	年	牛乳		乳・乳製品
★普通牛乳	206.00	★普通牛乳		206.00	★普通牛乳	206.00		★普通牛乳	206.00	★普通牛乳		206.00							
ジュウシイ		小平夏野菜カレー (ごはん)			ごはん			うず巻パン		ごはん									
学 水稻穀粒 精白米	90.00	学 水稻穀粒 精白米		100.00	学 水稻穀粒 精白米	100.00		月 ★包装うず巻パン60 g	60.00	月 ★包装うず巻パン60 g		60.00							
年 こいくちしょうゆ	2.00	小平夏野菜カレー (ルー)			沢煮椀			コーンスープ		コーンスープ									
学 ごま油	0.50	月 豚角切肉(そとモモ)		25.00	月 豚細切肉(そとモモ)	10.00		学 ショルダーベーコン(短冊)	10.00	学 ショルダーベーコン(短冊)		10.00							
月 豚小間肉(そとモモ)	15.00	月 たまねぎ		40.00	月 しょうが	0.50		学 なたね油	0.50	学 なたね油		0.50							
月 にんじん	7.00	月 にんじん		20.00	月 にんじん	12.00		月 たまねぎ	40.00	月 たまねぎ		40.00							
月 長ねぎ	15.00	月 じゃがいも		40.00	月 ごぼう	8.00		月 にんじん	15.00	月 にんじん		15.00							
月 しょうが	0.80	月 なす		10.00	年 糸こんにゃく	10.00		学 冷凍スイートコーン	25.00	学 冷凍スイートコーン		25.00							
学 きざみ昆布	0.50	月 青ピーマン		5.00	年 菌床干しいたけ (せん切り)	0.50		学 クリームコーン	50.00	学 クリームコーン		50.00							
年 こいくちしょうゆ	3.00	月 西洋かぼちゃ		20.00	学 たけのご水煮	10.00		年 食塩	0.50	年 食塩		0.50							
年 三温糖	0.50	月 トマト		10.00	月 だいこん	25.00		年 白ごしょう	0.03	年 白ごしょう		0.03							
学 清酒 本醸造酒	1.50	月 にんにく		0.30	年 糸かまぼこほぐし (白)	5.00		年 じゃがいもでん粉	2.00	年 じゃがいもでん粉		2.00							
年 本みりん	1.00	月 しょうが		0.20	学 うすくちしょうゆ	2.50		学 ★調理用牛乳	50.00	学 ★調理用牛乳		50.00							
年 白いりごま	1.50	学 なたね油		1.00	年 食塩	0.60		年 鶏ガラブイヨン	15.00	年 鶏ガラブイヨン		15.00							
★もずくの味噌汁		年 アップルソース		3.00	年 白ごしょう	0.03		学 豚ガラブイヨン	15.00	学 豚ガラブイヨン		15.00							
月 若鶏もも皮無し小間肉	10.00	年 チャツネ		1.00	年 鰹厚削り節	4.00		学 ★生クリーム	5.00	学 ★生クリーム		5.00							
月 にんじん	10.00	年 食塩		1.00	年 だし昆布	1.30		学 水	10.00	学 水		10.00							
月 こまつな	10.00	年 白ごしょう		0.03	年 水	140.00		年 パセリ・乾	0.20	年 パセリ・乾		0.20							
学 もずく・塩抜き	20.00	学 なたね油		1.00	★鰹のねぎ味噌焼き			月 まあじ		月 まあじ									
年 木綿豆腐	30.00	学 ★有塩バター		7.00	月 さわら切身	60.00		学 なたね油	1.00	学 なたね油		1.00							
月 長ねぎ	15.00	学 ★薄力粉		8.00	年 赤色辛みそ	7.00		月 鮭切り身	50.00	月 鮭切り身		50.00							
年 赤色辛みそ	10.00	年 カレー粉		1.20	年 こいくちしょうゆ	1.00		学 ぶどう酒 白	1.00	学 ぶどう酒 白		1.00							
年 混合だしパック (鰯・鯖)	2.60	年 ガラムマサラ		0.07	学 清酒 本醸造酒	2.00		年 食塩	0.30	年 食塩		0.30							
年 だし昆布	0.50	年 ★中濃ソース		2.00	年 本みりん	1.00		年 白ごしょう	0.02	年 白ごしょう		0.02							
水	105.00	学 トマトケチャップ		3.00	年 三温糖	1.00		年 ノンエッグマヨネーズ	12.00	年 ノンエッグマヨネーズ		12.00							
★麩チャンプルー		年 こいくちしょうゆ		3.00	学 一味とうがらし	0.02		月 たまねぎ	10.00	月 たまねぎ		10.00							
学 なたね油	0.50	年 ★ウスターソース		2.00	月 長ねぎ	5.00		年 パセリ・乾	0.10	年 パセリ・乾		0.10							
月 豚小間肉(そとモモ)	20.00	学 豚ガラブイヨン		5.00	年 白いりごま	1.00		学 カチャトゥーラ		学 カチャトゥーラ									
月 ★車麩	8.00	年 鶏ガラブイヨン		5.00	学 ごま油	1.00		学 オリーブ油	1.00	学 オリーブ油		1.00							
学 もやし・生	35.00	水		35.00	★青梗菜の煮浸し			月 にんにく	0.30	月 にんにく		0.30							
月 にんじん	10.00	ハムとキャベツのソテー			年 油揚げ	10.00		月 若鶏もも皮無し小間肉	10.00	月 若鶏もも皮無し小間肉		10.00							
月 たまねぎ	15.00	学 なたね油		0.50	月 にんじん	10.00		月 たまねぎ	15.00	月 たまねぎ		15.00							
月 にら	10.00	学 ハム・ボンレス(短冊)		10.00	月 チンゲンサイ	20.00		月 なす	15.00	月 なす		15.00							
年 豚ガラスープ	3.00	月 キャベツ		40.00	月 はくさい	30.00		月 赤パプリカ	5.00	月 赤パプリカ		5.00							
年 食塩	0.15	月 にんじん		10.00	年 本みりん	4.00		月 スズキーニ (果実、生)	15.00	月 スズキーニ (果実、生)		15.00							
年 黒ごしょう	0.02	学 冷凍スイートコーン		15.00	学 うすくちしょうゆ	3.50		学 トマト缶詰	25.00	学 トマト缶詰		25.00							
年 こいくちしょうゆ	3.00	年 食塩		0.12	年 三温糖	0.50		学 トマトピューレー	5.00	学 トマトピューレー		5.00							
年 三温糖	0.70	年 黒ごしょう		0.02	年 だし汁	3.00		学 トマトケチャップ	10.00	学 トマトケチャップ		10.00							
学 清酒 本醸造酒	1.00	すいか						年 鶏ガラブイヨン	10.00	年 鶏ガラブイヨン		10.00							
年 本みりん	0.50	月 小玉すいか赤		75.00				学 ぶどう酒 白	1.00	学 ぶどう酒 白		1.00							
学 かつお節	1.00							年 食塩	0.40	年 食塩		0.40							
★黒蜜かん								年 黒ごしょう	0.02	年 黒ごしょう		0.02							
学 黒砂糖	9.00							年 粉ロリエ	0.01	年 粉ロリエ		0.01							
水	6.00							年 オレガノ	0.01	年 オレガノ		0.01							
月 みつ豆用寒天	50.00							年 バジル	0.01	年 バジル		0.01							
学 黄桃缶詰	20.00																		
学 バインアップル缶詰	30.00																		