

栃木県立

とちぎ海浜自然の家

令和6年度夏メニュー
アレルギー表

コンパスグループジャパン株式会社

本社 管理栄養士

鎌田 由紀子



とちぎ海浜自然の家 栄養価計算書

アレルギー表 とちぎ海浜自然の家食堂 令和6年度夏メニュー

コンパスグループジャパン株式会社 担当栄養士 鎌田 由紀子 

表示アレルギーは食材に含まれる特定原材料です。調理工程により他のアレルギーが混入する場合がありますので、事前にご連絡ください

区分	食品名	一人当 分量	単位	7大アレルギー						
				小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに
No.1 朝食	精白米	66	g							
	水	85.8	g							
	ご飯									
	バターロール	37.5	g	●	●	●				
	いちごジャム(小袋)	7.5	g							
	バターロール									
	きのこミックス	5	g							
	スライスしいたけ	0.1	g							
	刻み油揚げ	2	g							
	水	150	g							
	だしパック	0.5	g							
	鰹だしの素	0.4	g							
	白みそ	8	g							
	きのこ油揚げ味噌汁									
	プレーンオムレツ	25	g	●	●	●				
	オムレツ									
	水	100	g							
	ポークウィンナー(20g)	20	g			●				
	ポイルウィンナー									
	ひじき煮	20	g	●						
	ひじき煮									
	納豆(トレー)	45	g	●						
	納豆									
	キャベツS1	30	g							
	千切りキャベツ									
	ふりかけ(たまご)	2	g	●	●	●				
	ふりかけ(かつお)	2	g	●		●				
	ふりかけ									
	グレープフルーツ(ルビー)	44.2	g							
	グレープフルーツ(ルビー)									
水	150	g								
牛乳	150	g			●					
給茶機用パウダーほうじ茶	2.5	g								
ミニッツメイド オレンジFK	63	g								
ドリンク										
朝食集計										

とちぎ海浜自然の家 栄養価計算書

アレルギー表 とちぎ海浜自然の家食堂 令和6年度夏メニュー

コンパスグループジャパン株式会社 担当栄養士 鎌田 由紀子 

表示アレルギーは食材に含まれる特定原材料です。調理工程により他のアレルギーが混入する場合がありますので、事前にご連絡ください

区分	食品名	一人当 分量	単位	7大アレルギー								
				小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに		
No.1 昼食	精白米	66	g									
	水	85.8	g									
	ご飯											
	冷凍ラーメン(ウェーブ)2個	115	g	●	●							
	ゴマ油(調合)	0.91	g									
	ポークチョップドハム	5	g		●	●						
	仕掛く戻しわかめ>	20	g									
	もやし	20	g									
	冷やし中華のたれ	20	g	●								
	水	20	g									
	生おろし生姜	0.2	g									
	ゴマ油(調合)	0.182	g									
	冷やし中華											
	豚小間	6.5	g									
	大豆ミート ミンチ	3	g									
	植物油	0.89	g									
	いんげんカット	5	g									
	キャベツ	10	g									
	ムキ玉葱	10	g									
	生おろし生姜	1	g									
	しょうが焼きのたれ	5.7	g	●								
	濃口しょうゆ	0.36	g	●								
	上白糖	0.2	g									
	片栗粉	0.2	g									
	水	1.5	g									
	豚肉インゲン生姜焼き											
	さばカレーカツ	35	g	●								
	<揚げ油>	3.4888	g									
	サバカレーカツ											
	乱切りポテト	20	g									
	ムキ玉葱	8	g									
	精製塩	0.1	g									
	植物油	0.89	g									
	アジアソーススピシンバ	1.8582	g	●		●						
	精製塩	0.03	g									
	ブラックペッパー荒挽き	0	g									
	絹サヤ	1.5	g									
	アジア風ホクホクポテト											
	キャベツS1	30	g									
	千切りキャベツ											
	スイートエンドウ	6	g									
	スナップえんどう											
	高菜の油炒め	20	g	●								
	高菜炒め											
	ふりかけ(たまご)	2	g	●	●	●						
	ふりかけ(かつお)	2	g	●		●						
	ふりかけ											
	水	150	g									
	牛乳	150	g			●						
	給茶機用パウダーほうじ茶	2.5	g									
ミニッツメイド オレンジFK	63	g										
ドリンク												
昼食集計												

とちぎ海浜自然の家 栄養価計算書

アレルギー表 とちぎ海浜自然の家食堂 令和6年度夏メニュー


コンパスグループジャパン株式会社 担当栄養士 鎌田 由紀子 

表示アレルギーは食材に含まれる特定原材料です。調理工程により他のアレルギーが混入する場合がありますので、事前にご連絡ください

区分	食品名	一人当 分量	単位	7大アレルギー							
				小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	
No.1 夕食	精白米	66	g								
	水	85.8	g								
	ご飯										
	水	144	g								
	だしパック	0	g								
	鰹だしの素	0.6	g								
	精製塩	0.8	g								
	うすくちしょうゆ	2	g	●							
	合成酒	2	g								
	もやし	5	g								
	刻み油揚げ	2	g								
	もやしと油揚げのすまし汁										
	焼成ハンバーグ(75g)	37.5	g	●		●					
	デミグラスソース	1.9	g	●		●					
	トマトケチャップ	9	g								
	水	3	g								
	ハンバーグ										
	中華春巻(30g)	30	g	●						●	
	<揚げ油>	1.5575	g								
	春巻き										
	いか耳カット	10	g								
	精製塩	0.01	g								
	ブロッコリー	30	g								
	植物油	1.335	g								
	キャノーラ(菜種&オリ)	1.365	g								
	みじん切り生にんにく	0.1	g								
	唐辛子 輪切り	0.05	g								
	精製塩	0.01	g								
	イカとブロッコリーのペペロンチーノ										
	麻竹細切 (バラ)	10	g								
	木耳スライス	0.5	g								
	ヤングコーン冷凍	83	g								
	キャベツ	10	g								
	植物油	1.335	g								
	生おろし生姜	0.25	g								
	PB中華炒めベース	0.84	g	●							
	中華味 顆粒	0.08	g								
	濃口しょうゆ	0.24	g	●							
	片栗粉	0.75	g								
	水	1.13	g								
	ラー油	0.2	g								
	竹の子の旨辛煮										
	フレンチポテト	30	g								
	<揚げ油>	1.4596	g								
	精製塩	0.12	g								
フライドポテト											
キャベツS1	30	g									
千切りキャベツ											
春雨中華サラダ	30	g									
皮ムキ枝豆	2	g									
春雨サラダ											
青かつば漬け	10.5	g	●								
青かつば漬											
水	150	g									
牛乳	150	g			●						
給茶機用パウダーほうじ茶	2.5	g									
コカ・コーラ 3G	79	g									
ミニッツメイド 山ぶどう 3	79.5	g									
カルピス 3G	79	g			●						
ドリンクバー											
夕食集計											
No.1集計											

とちぎ海浜自然の家 栄養価計算書

アレルギー表 とちぎ海浜自然の家食堂 令和6年度夏メニュー


コンパスグループジャパン株式会社 担当栄養士 鎌田 由紀子 

表示アレルギーは食材に含まれる特定原材料です。調理工程により他のアレルギーが混入する場合がありますので、事前にご連絡ください

区分	食品名	一人当 分量	単位	7大アレルギー							
				小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	
No.2 朝食	精白米	66	g								
	水	85.8	g								
	ご飯										
	バターロール	37.5	g	●	●	●					
	いちごジャム(小袋)	7.5	g								
	バターロール										
	いんげんカット	7	g								
	刻み油揚げ	2	g								
	水	150	g								
	だしパック	0.5	g								
	鰹だしの素	0.4	g								
	白みそ	8	g								
	インゲンと油揚げの味噌汁										
	厚焼きたまご	35	g	●	●						
	厚焼きたまご										
	白身魚フライ(25g)	25	g	●							
	<揚げ油>	3.4888	g								
	白身魚フライ										
	金平ごぼう	20	g	●							
	きんぴらごぼう										
	納豆(トレー)	45	g	●							
	納豆										
	キャベツS1	30	g								
	千切りキャベツ										
	ふりかけ(たまご)	2	g	●	●	●					
	ふりかけ(かつお)	2	g	●		●					
	ふりかけ										
	ヨーグルト(プレーン加糖)	75	g			●					
	ヨーグルト										
	水	150	g								
牛乳	150	g			●						
給茶機用パウダーほうじ茶	2.5	g									
ミニッツメイド オレンジFK	63	g									
ドリンク											
朝食集計											

とちぎ海浜自然の家 栄養価計算書

アレルギー表 とちぎ海浜自然の家食堂 令和6年度夏メニュー


コンパスグループジャパン株式会社 担当栄養士 鎌田 由紀子 

表示アレルギーは食材に含まれる特定原材料です。調理工程により他のアレルギーが混入する場合がありますので、事前にご連絡ください

区分	食品名	一人当分量	単位	7大アレルギー							
				小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	
No.2 昼食	精白米	66	g								
	水	85.8	g								
	ご飯										
	精白米	67	g								
	豚小間	10	g								
	おろしにんにく	0.4	g								
	生おろし生姜	0.4	g								
	植物油	2.8658	g								
	ムキ玉葱	40	g								
	乱切りポテト	20	g								
	人参	8	g								
	水	120	g								
	こくまろフレーク	10	g	●							
	パーモントカレーフレーク	10	g	●		●					
	福神漬(赤)	10	g	●							
	ポークカレー										
	ポイルヤリイカリング	10	g								
	植物油	0.445	g								
	ムキ玉葱	20	g								
	人参	5	g								
	木耳スライス	0.5	g								
	いんげんカット	10	g								
	精製塩	0.5	g								
	ホワイトペッパー	0.05	g								
	ゴマ油(調合)	0.455	g								
	イカ野菜炒め										
	ピーマン肉詰めフライ	30	g	●							
	<揚げ油>	4.6547	g								
	ピーマン肉詰めフライ										
	キャベツ	30	g								
	ぶなしめじ(カット済)	10	g								
	おいかつお うまつゆ	0.5	g	●							
	花かつお(トッピング用)	0.25	g								
	キャベツとしめじのおかか和え										
	キャベツS1	30	g								
	千切りキャベツ										
	ヤングコーン冷凍	8.3	g								
	ヤングコーン										
	コンニャクゴボウ	25	g	●							
	こんにゃくゴボウ										
ふりかけ(たまご)	2	g	●	●	●						
ふりかけ(かつお)	2	g	●		●						
ふりかけ											
水	150	g									
牛乳	150	g			●						
給茶機用/パウダーほうじ茶	2.5	g									
ミニッツメイド オレンジFK	63	g									
ドリンク											
昼食集計											

とちぎ海浜自然の家 栄養価計算書

アレルギー表 とちぎ海浜自然の家食堂 令和6年度夏メニュー

コンパスグループジャパン株式会社 担当栄養士 鎌田 由紀子 

表示アレルギーは食材に含まれる特定原材料です。調理工程により他のアレルギーが混入する場合がありますので、事前にご連絡ください

区分	食品名	一人当 分量	単位	7大アレルギー							
				小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	
No.2 夕食	精白米	66	g								
	水	85.8	g								
	ご飯										
	水	144	g								
	だしパック	0	g								
	鰹だしの素	0.6	g								
	精製塩	0.8	g								
	うすくちしょうゆ	2	g	●							
	合成酒	2	g								
	オクラスライス	5	g								
	人参千切り	5	g								
	オクラと人参のすまし汁										
	鶏唐揚げN	30	g	●	●						
	<揚げ油>	1.335	g								
	鶏の唐揚げ(30g)										
	肉焼売(14g)	14	g	●		●					
	焼売										
	豚挽肉	5	g								
	キャベツ	22.5	g								
	ムキ玉葱	10	g								
	人参イチョウ切り	5	g								
	植物油	0.89	g								
	おろしにんにく	0.08	g								
	回鍋肉用ソース	2	g	●							
	PBみそラーメンのたれ	0.666	g	●							
	片栗粉	0.3	g								
	キャベツの味噌炒め										
	ブロッコリー	20	g								
	人参	5	g								
	ムキ玉葱	5	g								
	スイートエンドウ	3	g								
	水	18	g								
	ビーフイオン	0.4	g	●		●					
	精製塩	0.1	g								
	ホワイトペッパー	0.01	g								
	パセリ缶	0.01	g								
	コンソメ煮										
	フレンチポテト	30	g								
	<揚げ油>	1.4596	g								
	精製塩	0.12	g								
	青のり	0.05	g								
	海苔ポテト										
	キャベツS1	30	g								
	千切りキャベツ										
	ポテトサラダ	25	g	●	●	●					
皮ムキ枝豆	6	g									
ポテトサラダ											
つぼ漬け	10.5	g	●								
つぼ漬											
水	150	g									
牛乳	150	g			●						
給茶機用パウダーほうじ茶	2.5	g									
コカ・コーラ 3G	79	g									
ミニッツメイド 山ぶどう 3G	79.5	g									
カルピス 3G	79	g			●						
ドリンクバー											
夕食集計											
No.2集計											

とちぎ海浜自然の家 栄養価計算書

アレルギー表 とちぎ海浜自然の家食堂 令和6年度夏メニュー

コンパスグループジャパン株式会社 担当栄養士 鎌田 由紀子




表示アレルギーは食材に含まれる特定原材料です。調理工程により他のアレルギーが混入する場合がありますので、事前にご連絡ください

区分	食品名	一人当分量	単位	7大アレルギー						
				小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに
No.3 朝食	精白米	66	g							
	水	85.8	g							
	ご飯									
	バターロール	37.5	g	●	●	●				
	いちごジャム(小袋)	7.5	g							
	バターロール									
	乾燥カットわかめ	0.5	g							
	キャベツ	5	g							
	水	150	g							
	だしパック	0.5	g							
	鰹だしの素	0.4	g							
	白みそ	8	g							
	キャベツとわかめの味噌汁									
	プレーンオムレツ	25	g	●	●	●				
	オムレツ									
	鶏肉団子(15g)	13	g	●	●	●				
	PBしょうゆラーメンのたれ	0.678	g	●						
	中華味 顆粒	0.05	g							
	ホワイトペッパー	0.01	g							
	植物油	2.225	g							
	水	30	g							
	片栗粉	1.5	g							
	万能ねぎ	0	g							
	鶏団子									
	切干大根煮	20	g	●						
	切干大根									
	納豆(トレー)	45	g	●						
	納豆									
	キャベツS1	30	g							
	千切りキャベツ									
	ふりかけ(たまご)	2	g	●	●	●				
	ふりかけ(かつお)	2	g	●		●				
	ふりかけ									
グレープフルーツ	44.2	g								
グレープフルーツ										
水	150	g								
牛乳	150	g			●					
給茶機用パウダーほうじ茶	2.5	g								
ミニッツメイド オレンジFK	63	g								
ドリンク										
朝食集計										

とちぎ海浜自然の家 栄養価計算書

アレルギー表 とちぎ海浜自然の家食堂 令和6年度夏メニュー


コンパスグループジャパン株式会社 担当栄養士 鎌田 由紀子 

表示アレルギーは食材に含まれる特定原材料です。調理工程により他のアレルギーが混入する場合がありますので、事前にご連絡ください

区分	食品名	一人当 分量	単位	7大アレルギー						
				小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに
No.3 昼食	精白米	66	g							
	水	85.8	g							
	ご飯									
	冷凍うどん	125	g	●						
	だしパック	0.5	g							
	鰹だしの素	0.06	g							
	おいかつお うまつゆ	12	g	●						
	乾燥カットわかめ	0.01	g							
	長葱	1.5	g							
	揚玉	1	g	●						
	冷やしためきうどん									
	牛バラスライス	2	g							
	牛挽肉	2	g							
	ムキ玉葱	12.5	g							
	ズッキーニ	12	g							
	人参イチョウ切り	5	g							
	ダイストマト	4	g							
	揚げ茄子乱切り	10	g							
	焼肉のたれ	4	g	●						
	精製塩	0.08	g							
	ホワイトペッパー	0.01	g							
	片栗粉	0.75	g							
	植物油	0.89	g							
	夏野菜BBQ									
	チキンカツ	25	g	●	●	●				
	<揚げ油>	3.4888	g							
	チキンカツ									
	カーネルコーン	10	g							
	ミックスベジタブル	10	g							
	乱切りポテト	20	g							
	無塩バター	0.75	g			●				
	濃口しょうゆ	1.2	g	●						
	精製塩	0.1	g							
	ホワイトペッパー	0.01	g							
	コーンジャがバター									
	キャベツS1	30	g							
	千切りキャベツ									
	スイートエンドウ	6	g							
	スナッペン									
	高菜の油炒め	20	g	●						
	高菜炒め									
	ふりかけ(たまご)	2	g	●	●	●				
	ふりかけ(かつお)	2	g	●		●				
	ふりかけ									
	水	150	g							
牛乳	150	g			●					
給茶機用パウダーほうじ茶	2.5	g								
ミニッツメイド オレンジFK	63	g								
ドリンク										
昼食集計										

とちぎ海浜自然の家 栄養価計算書

アレルギー表 とちぎ海浜自然の家食堂 令和6年度夏メニュー


コンパスグループジャパン株式会社 担当栄養士 鎌田 由紀子 

表示アレルギーは食材に含まれる特定原材料です。調理工程により他のアレルギーが混入する場合がありますので、事前にご連絡ください

区分	食品名	一人当 分量	単位	7大アレルギー						
				小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに
No.3 夕食	精白米	66	g							
	水	85.8	g							
	ご飯									
	水	144	g							
	だしパック	0	g							
	鰹だしの素	0.6	g							
	精製塩	0.8	g							
	うすくちしょうゆ	2	g	●						
	合成酒	2	g							
	玉葱スライス5ミリ	5	g							
	刻み油揚げ	1	g							
	玉ねぎと油揚げのすまし汁									
	鶏もも(30-40g)	105	g							
	しおラーメンスープ	2.32	g							
	長葱	0.5	g							
	万能ねぎ	0.1	g							
	片栗粉	0.5	g							
	中華味 顆粒	0.1	g							
	食塩	0.1	g							
	ホワイトペッパー	0.01	g							
	片栗粉	1	g							
	鶏もものネギ塩									
	ハムカツ(90g)	45	g	●	●	●				
	<揚げ油>	2.67	g							
	ハムカツ									
	キャベツ	25	g							
	カーネルコーン	12.5	g							
	ライトツナフレーク	5	g							
	植物油	2.67	g							
	精製塩	0.15	g							
	ホワイトペッパー	0.02	g							
	キャベツ・ツナコーン炒め									
	栗かぼちゃ	20	g							
	鶏挽肉	5	g							
	万能ねぎ	0.25	g							
	水	12	g							
	鰹だしの素	0.08	g							
	濃口しょうゆ	1.44	g	●						
	合成酒	0.5	g							
	上白糖	0.8	g							
	精製塩	0.01	g							
	片栗粉	0.5	g							
	水	0.75	g							
	かぼちゃのそぼろあん									
	フレンチポテト	30	g							
	<揚げ油>	1.4596	g							
	精製塩	0.12	g							
	フライドポテト									
	キャベツS1	30	g							
	千切りキャベツ									
マカロニサラダ	20	g	●	●	●					
皮ムキ枝豆	2	g								
マカロニサラダ										
青かつば漬け	10.5	g	●							
青かつば漬										
水	150	g								
牛乳	150	g			●					
給茶機用パウダーほうじ茶	2.5	g								
コカ・コーラ 3G	79	g								
ミニッツメイド 山ぶどう 3G	79.5	g								
カルピス 3G	79	g			●					
ドリンクバー										
夕食集計										
No.3集計										

とちぎ海浜自然の家 栄養価計算書

アレルギー表 とちぎ海浜自然の家食堂 令和6年度夏メニュー

コンパスグループジャパン株式会社 担当栄養士 鎌田 由紀子 

表示アレルギーは食材に含まれる特定原材料です。調理工程により他のアレルギーが混入する場合がありますので、事前にご連絡ください

区分	食品名	一人当 分量	単位	7大アレルギー						
				小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに
No.4 朝食	精白米	66	g							
	水	85.8	g							
	ご飯									
	バターロール	37.5	g	●	●	●				
	いちごジャム(小袋)	7.5	g							
	バターロール									
	キャベツ	5	g							
	人参千切り	2	g							
	水	150	g							
	だしパック	0.5	g							
	鰹だしの素	0.4	g							
	白みそ	8	g							
	キャベツと人参の味噌汁									
	どろっとスクランブル	20	g	●	●	●				
	ミックスベジタブル	1	g							
	食塩	0.01	g							
	ホワイトペッパー	0.01	g							
	ミックススクランブルエッグ									
	チキンナゲット	25	g	●	●	●				
	チキンナゲット									
	金平レンコン	20	g	●						
	れんこんきんぴら									
	納豆(トレー)	45	g	●						
	納豆									
	キャベツS1	30	g							
	千切りキャベツ									
	ふりかけ(たまご)	2	g	●	●	●				
	ふりかけ(かつお)	2	g	●		●				
	ふりかけ									
	ヨーグルト(プレーン加糖)	75	g			●				
	ヨーグルト									
	水	150	g							
牛乳	150	g			●					
給茶機用パウダーほうじ茶	2.5	g								
ミニッツメイド オレンジFK	63	g								
ドリンク										
朝食集計										

とちぎ海浜自然の家 栄養価計算書

アレルギー表 とちぎ海浜自然の家食堂 令和6年度夏メニュー

コンパスグループジャパン株式会社 担当栄養士 鎌田 由紀子 

表示アレルギーは食材に含まれる特定原材料です。調理工程により他のアレルギーが混入する場合がありますので、事前にご連絡ください

区分	食品名	一人当 分量	単位	7大アレルギー							
				小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	
No.4 昼食	精白米	66	g								
	水	85.8	g								
	ご飯										
	精白米	67	g								
	鶏もも(30-40g)	10.5	g								
	おろしにんにく	0.4	g								
	生おろし生姜	0.4	g								
	植物油	2.8658	g								
	ムキ玉葱	40	g								
	乱切りポテト	20	g								
	人参	8	g								
	水	120	g								
	こくまろフレーク	10	g	●							
	パーモントカレーフレーク	10	g	●		●					
	福神漬(赤)	10	g	●							
	チキンカレー										
	仕掛<戻しわかめ>	6	g								
	ライトツナフレーク	6	g								
	ムキ玉葱	20	g								
	植物油	0.89	g								
	精製塩	0.1	g								
	ホワイトペッパー	0.01	g								
	わかめのツナ炒め										
	イカカツ40g	40	g	●							
	<揚げ油>	4.6547	g								
	イカカツ										
	もやし	11	g								
	いんげんカット	10	g								
	人参千切り	3	g								
	ノンオイル青じそドレッシング	5	g	●							
	ラー油	0.1	g								
	もやしといんげんピリ辛和え										
	キャベツS1	30	g								
千切りキャベツ											
ヤングコーン冷凍	8.3	g									
ヤングコーン											
コンニャクゴボウ	25	g	●								
こんにゃくゴボウ											
ふりかけ(たまご)	2	g	●	●	●						
ふりかけ(かつお)	2	g	●		●						
ふりかけ											
水	150	g									
牛乳	150	g			●						
給茶機用パウダーほうじ茶	2.5	g									
ミニッツメイド オレンジFK	63	g									
ドリンク											
屋食集計											

とちぎ海浜自然の家 栄養価計算書

アレルギー表 とちぎ海浜自然の家食堂 令和6年度夏メニュー

コンパスグループジャパン株式会社 担当栄養士 鎌田 由紀子



表示アレルギーは食材に含まれる特定原材料です。調理工程により他のアレルギーが混入する場合がありますので、事前にご連絡ください

区分	食品名	一人当分量	単位	7大アレルギー							
				小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	
No.4 夕食	精白米	66	g								
	水	85.8	g								
	ご飯										
	水	144	g								
	だしパック	0	g								
	鰹だしの素	0.6	g								
	精製塩	0.8	g								
	うすくちしょうゆ	2	g	●							
	合成酒	2	g								
	ほうれん草	5	g								
	刻み油揚げ	1	g								
	ほうれん草と油揚げのすまし汁										
	まぐろのカツレツ	33	g	●	●						
	<揚げ油>	3.7647	g								
	まぐろカツ										
	水餃子	18	g	●							
	水	30	g								
	しおラーメンスープ	1.45	g								
	中華味 顆粒	0.25	g								
	ホワイトペッパー	0.03	g								
	片栗粉	1.25	g								
	水	2	g								
	ゴマ油(調合)	0.1183	g								
	万能ねぎ	0.5	g								
	水餃子										
	ポークウィンナー(20g)	20	g			●					
	キャベツ	25	g								
	人参	2	g								
	いんげんカット	5	g								
	植物油	2.67	g								
	並塩(20kg)	0.15	g								
	ブラックペッパー	0.2	g								
	片栗粉	1	g								
	ウィンナーと野菜のソテー										
	カリフラワー	20	g								
	高野豆腐	7.75	g								
	ムキ玉葱	6	g								
	ダイストマト	4	g								
	水	50	g								
	コンソメ 顆粒	1	g	●		●					
	精製塩	0.6	g								
	ホワイトペッパー	0.01	g								
	パセリ缶	0.01	g								
	ベーコン風ビッツ(常温フ)	0.45	g								
	トマト煮										
フレンチポテト	30	g									
<揚げ油>	1.4596	g									
ガーリックパウダー	0.1	g									
精製塩	0.12	g									
パセリ缶	0.04	g									
ガーリックポテト											
キャベツS1	30	g									
千切りキャベツ											
ポテトサラダ	25	g	●	●	●						
皮ムキ枝豆	6	g									
ポテトサラダ											
つぼ漬け	10.5	g	●								
つぼ漬											
水	150	g									
牛乳	150	g			●						
給茶機用パウダーほうじ茶	2.5	g									
コカ・コーラ 3G	79	g									
ミニッツメイド 山ぶどう 3	79.5	g									
カルピス 3G	79	g			●						
ドリンクバー											
夕食集計											
No.4集計											