

調理指示書 (アレ食①)

調理場名：稲城市立第一調理場
コース名：食物アレルギー対応食

	低	0.82	中	高	1.20	中学	1.28	合計	換算計
予定	0	0	0	0	0	31	40	31	40
確定									

料理名	調理指示	純使用量		合計		料理工程	業者名
		小学校	中学校	人数	購入量		
★麦ご飯65/75/85/95				31			
★麦ご飯65/75/85/95 65g		65	0	0	食		
★麦ご飯65/75/85/95 75g		75	0	0	食		
★麦ご飯65/75/85/95 85g		85	0	0	食		
★麦ご飯65/75/85/95 95g		0	95	31	31 食		
★飲用豆乳(代替食)				31			
★飲用調製豆乳		206	206		31 本		
★夏野菜カレー(除去食)				31			
★米ぬか油		0.5	0.64		20 g	①ガラスープをとる・ ②油で材料を炒め、ガラスープを入れる・ ③残りの材料を入れ、調味する・ ・ 【除去食材】・ ・バター・ ・小麦粉・ ・シュレッドチーズ・ ・ ・米ぬか油 (ルウ用)・ ・カレー粉 (ルウ用)・	
★にんにく	みじん	0.3	0.38		13 g		
★生姜	みじん	0.3	0.38		15 g		
★豚かた角切り		35	44.8		1.4 kg		
★玉ねぎ	スライス	40	51.2		1.7 kg		
★人参	いちょう	10	12.8		409 g		
★鶏ガラスープ(顆粒)	ガラスープ	1.5	1.92		60 g		
★水	ガラスープ	75	96		3 kg		
★ズッキーニ	いちょう	10	12.8		413 g		
★なす	いちょう	10	12.8		441 g		
★カットかぼちゃ角切り		15	19.2		595 g		
★チリパウダー		0.01	0.01		g		
★ガラムマサラ		0.1	0.13		4 g		
★コリアンダー		0.1	0.13		4 g		
★中濃ソース		1.3	1.66		51 g		
★ウスターソース		1.3	1.66		51 g		
★トマトケチャップ		3.5	4.48		139 g		
★トマトピューレー		1	1.28		40 g		
★上白糖		1	1.28		40 g		
★カレー粉		0.4	0.51		16 g		
★食塩		0.8	1.02		32 g		
★混合こしょう		0.01	0.01		g		
★しょうゆ		0.4	0.51		16 g		
★枝豆とキャベツのサラダ				31			
★キャベツ	短冊	30	38.4		1.4 kg	①ドレッシングを作る・ ②材料を加熱し、ドレッシングを入れる・	
★黄パプリカ	せん	5	6.4		220 g		
★赤パプリカ	せん	5	6.4		220 g		
★冷凍むぎ枝豆		10	12.8		397 g		
★米ぬか油	ドレ	1.5	1.92		60 g		
★穀物酢		2	2.56		79 g		
★食塩		0.4	0.51		16 g		
★混合こしょう		0.01	0.01		g		
★上白糖		0.5	0.64		20 g		
★玉ねぎ	ミキサー	2	2.56		84 g		
★小玉すいか				31			
★小玉すいか	1/16カット	62.5	62.5		1.9 個	①16等分に切る(8等分→斜め半分or横半分→8等分)・	