

[週 間 献 立 表]

9月2日火曜日					9月3日水曜日					9月4日木曜日					9月5日金曜日					9月8日月曜日				
白飯（ライスパック）N 牛乳 ささみおおばばにくフラ キャベツとツナのあえ物☆ しろみそのごじる					白飯（ライスパック）N 牛乳 やきぎょうざ（小2こ中3こ はるさめサラダ ちゅうかとうふじる					袋入りきしめん 牛乳 五目きしめん あかもくのかきあげ うめおかかあえ					白飯（ライスパック）N 牛乳 備蓄カレー ひじきサラダ（ごまドレ） ●ごまドレッシング ミニトマト小1中2					白飯（ライスパック）N 牛乳 和風ハンバーグ 切り干し大根のごま酢あえ さわにわん 備蓄用赤しそふりかけ				
		正味量					正味量					正味量					正味量					正味量		
材料名	小学校	中学校			材料名	小学校	中学校			材料名	小学校	中学校			材料名	小学校	中学校			材料名	小学校	中学校		
白飯（ライスパック）	1個	1個			白飯（ライスパック）	1個	1個			きしめん 200g	1個	0個			白飯（ライスパック）	1個	1個			白飯（ライスパック）	1個	1個		
										きしめん 250g	0個	1個												
牛乳	1個	1個			牛乳	1個	1個								牛乳	1個	1個			牛乳	1個	1個		
										牛乳	1個	1個												
ササミ大葉梅肉フライ50	1個	0個			ぎょうざ冷凍（トレー入り	2個	3個								カレー(ﾄﾚｰﾊﾞﾝｸﾞ)	1個	1個			ハンバーグ(小麦抜き) 50	1個	0個		
ササミ大葉梅肉フライ60	0個	1個								ねぎ(国産秀L)	10	13								ハンバーグ(小麦抜き) 60	0個	1個		
米白絞油	5	6			キャベツ（秀2L）	15	19.5			にんじん（秀L）	10	13			国産米ひじき	2	2.6			しょうゆ10%	1.5	1.95		
					きゅうり（A級L）	15	19.5			油揚げ（カット）	3	3.9			オイルツナ フレーク	12	15.6			三温（20kg袋）	1.4	1.82		
オイルツナ フレーク	10	13			ロースハム短冊	10	13			若鶏胸皮なし 国産	20	26			レモン(果汁1%)	0.3	0.39			本みりん1.8%	2.7	3.5		
キャベツ（秀2L）	30	39			はるさめカット	3	3.4			干しいたけスライス	1	1.3			キャベツ（秀2L）	18	23.4			清酒2%	0.8	1		
きゅうり（A級L）	8	10.4			米酢1.8%	1.6	2.08			かまぼこ卵抜き	5	6.5			にんじん（秀L）	8	10.4			でんぶん	0.4	0.52		
しょうゆ10%	2.4	3.12			しょうゆ10%	1.63	2.12			はくさい（秀2L）	20	26			ホールコーン缶(1号缶)	5	6.5							
上白(1kg袋)	1.8	2.34			食塩	0.1	0.13			しょうゆ10%	5	6.5								切干だいこん（国産）	4	5.2		
レモン(果汁1%)	1.3	1.69			上白(1kg袋)	1.4	1.82			かつお加工品(削り節)	3	3			卵抜きごまドレッシング	0.03本	0.03本			にんじん（秀L）	3	3.9		
米サラダ油(ペットボトル)	0.8	1.04			ごま油	0.9	1.17			清酒2%	1	1.3								きゅうり（A級L）	20	26		
					干しいたけスライス	1	1.3			食塩	0.01	0.01			ミニトマト（秀）	1個	2個			オイルツナ フレーク	10	13		
だいず(水煮 レトルト)	10	13			三温（20kg袋）	0.6	0.78			本みりん1.8%	1.5	1.95								上白(1kg袋)	2	2.6		
木綿豆腐	20	26			しょうゆ10%	0.7	0.91													食塩	0.2	0.26		
ねぎ(国産秀L)	8	10.4								あかもくのかきあげ(40)	1個	0個								しょうゆ10%	2.2	2.86		
油揚げ（カット）	4	5.2			木綿豆腐	30	39			あかもくのかきあげ(50)	0個	1個								米酢1.8%	2.7	3.51		
にんじん（秀L）	5	6.5			若鶏モモ皮付き 国産	10	13			米白絞油	4	5								いりごま1kg	0.8	1.04		
だいこん（秀2L）	15	19.5			清酒2%	1	1.3																	
さといも（国産秀2L）	10	13			にんじん（秀L）	5	6.5			ささみほぐし身 レトルト	8	10.4								豚もも肉細切り 国産	15	19.5		
板こんにゃく 短冊	8	10.4			ねぎ（国産秀L）	10	13			キャベツ（秀2L）	28	36.4								清酒2%	1	1.3		
豚もも肉薄切り 国産	10	13			カットわかめ（国内産）	0.8	1.04			きゅうり（A級L）	10	13								ねぎ（国産秀L）	10	13		
かつお加工品(削り節)	2.7	2.7			食塩	0.06	0.08			しょうゆ10%	1	1.3								木綿豆腐	20	26		
白みそ	9	11.7			ホワイトペッパー300g	0.01	0.01			上白(1kg袋)	0.15	0.2								えのきたけ	5	6.5		
水	130	169			ごま油	0.8	1.04			ねり梅	1.5	1.95								根みつば（秀）	5	6.5		
					チキンブイヨン缶	5	6.5			かつおぶし 細花 500g	0.5	0.65								湯葉冷凍	2	2.6		
					しょうゆ10%	4	5.2													にんじん（秀L）	4	5.2		

9月2日火曜日					9月3日水曜日					9月4日木曜日					9月5日金曜日					9月8日月曜日				
白飯（ライスパック）N 牛乳 ささみおおばばいにくフラ キャベツとツナのあえ物☆ しろみそのごじる					白飯（ライスパック）N 牛乳 やきぎょうざ（小2こ中3こ はるさめサラダ ちゅうかとうふじる					袋入りきしめん 牛乳 五目きしめん あかもくのかきあげ うめおかかあえ					白飯（ライスパック）N 牛乳 備蓄カレー ひじきサラダ（ごまドレ） ●ごまドレッシング ミニトマト小1中2					白飯（ライスパック）N 牛乳 和風ハンバーグ 切り干し大根のごま酢あえ さわにわん 備蓄用赤しそふりかけ				
		正味量					正味量					正味量					正味量					正味量		
材料名		小学校	中学校			材料名		小学校	中学校			材料名		小学校	中学校			材料名		小学校	中学校			
						水		90	117									かつお加工品（削り節）		2.7	2.7			
																		うすくちしょうゆ		3.4	4.42			
																		食塩		0.1	0.13			
																		しょうゆ10%		0.8	1.04			
																		水		100	130			
																		赤しそふりかけ備蓄用		0.03袋	0.04袋			

9月9日火曜日					9月10日水曜日					9月11日木曜日					9月12日金曜日					9月16日火曜日				
小型ロールパン（乳） 牛乳 イタリアンスパゲティ オムレツ（卵） チキンサラダ					白飯（ライスパック）N 牛乳 ショウロンポウ2こ チンゲンサイのナムル 八宝菜 卵なし					ごもくごはん 牛乳 さといもコロッケ よしのじる ◎ぶどうヨーグルト（乳）					白飯（ライスパック）N 牛乳 野菜たっぷり豚丼 千草和え キャベツ オレンジ1-4					白飯（ライスパック）N 牛乳 炒めビーフン きゅうりのごまじょうゆ 中華五目スープ				
		正味量					正味量					正味量					正味量					正味量		
材料名	小学校	中学校			材料名	小学校	中学校			材料名	小学校	中学校			材料名	小学校	中学校			材料名	小学校	中学校		
小型ロールパン 30g	1個	0個			白飯（ライスパック）	1個	1個			アルファ化米	35	45.5			白飯（ライスパック）	1個	1個			白飯（ライスパック）	1個	1個		
小型ロールパン 40g	0個	1個								アルファ化もち米	10	13												
					牛乳	1個	1個			若鶏胸皮なし 国産	15	19.5			牛乳	1個	1個			牛乳	1個	1個		
牛乳	1個	1個								切ごぼうさがき	12	15.6												
					小籠包（トレー入り）	2個	2個			にんじん（秀L）	10	13			豚もも肉薄切り 国産	50	65			ビーフン	7	9.1		
スパゲッティ	24	31.2								かまぼこ卵抜き	4	5.2			玉葱（2L）	50	65			豚もも肉薄切り 国産	13	16.9		
豚ひき肉 国産	25	32.5			チキンハム短冊	10	13			油揚げ（カット）	4	5.2			ねぎ（国産秀L）	20	26			清酒2%	1	1.3		
豚レバーチップ	0.1	0.13			もやし	20	26			干しいたけスライス	0.8	1.04			にんじん（秀L）	15	19.5			にんじん（秀L）	4.5	5.85		
玉葱（2L）	40	52			チンゲンサイ（秀L）	20	26			米サラダ油（ペットボトル）	0.8	1.04			糸こんにゃく	20	26			玉葱（2L）	15	19.5		
青ピーマン（秀L）	3	3.9			にんじん（秀L）	6	7.8			三温（20kg袋）	1.12	1.46			三温（20kg袋）	2	2.6			たけのこレトルト1kg	6	7.8		
にんじん（秀L）	10	13			上白（1kg袋）	2	2.6			しょうゆ10%	4.5	5.85			しょうゆ10%	5.5	7.15			干しいたけスライス	0.5	0.65		
トマトケチャップ3Kg	12.6	16.38			しょうゆ	2.5	3.25			本みりん1.8%	1	1.3			清酒2%	1.5	1.95			チンゲンサイ（秀L）	6	7.8		
ウスターソース1.8%	2.6	3.38			米酢1.8%	2	2.6			清酒2%	1	1.3			米サラダ油（ペットボトル）	0.6	0.78			ごま油	0.45	0.59		
トマトジュース	8.4	10.92			ごま油	0.6	0.78								本みりん1.8%	1	1.3			オイスターソース1.2kg	0.8	1.04		
赤ワイン1.8%	1.1	1.43			食塩	0.03	0.04			牛乳	1個	1個								しょうゆ10%	1.6	2.08		
ホワイトペッパー300g	0.03	0.04													ほうれんそう（秀）	15	19.5			三温（20kg袋）	0.8	1.04		
食塩	0.3	0.39			豚もも肉薄切り 国産	25	32.5			里芋コロッケ 50g	1個	0個			もやし	10	13			食塩	0.1	0.13		
オリーブ油1kg	1	1.3			清酒2%	0.6	0.78			里芋コロッケ 60g	0個	1個			にんじん（秀L）	5	6.5			ホワイトペッパー300g	0.02	0.03		
チキンブイヨン缶	3.2	4.16			しょうゆ10%	1	1.3			除米白絞油	5	6.5			キャベツ（秀2L）	15	19.5			米サラダ油（ペットボトル）	0.2	0.26		
三温（20kg袋）	0.5	0.65			おろししょうが	0.5	0.65								油揚げ（カット）	4	5.2							
					むきえび（LL）	15	19.5			若鶏胸皮なし 国産	20	26			しょうゆ10%	0.6	0.78			きゅうり（A級L）	45	58.5		
オムレツ50g	1個	0個			いか短冊切 ベルーチリ産	15	19.5			生揚げ	20	26			三温（20kg袋）	0.8	1.04			いりごま1kg	0.6	0.78		
オムレツ60g	0個	1個			にんじん（秀L）	15	19.5			にんじん（秀L）	10	13			本みりん1.8%	0.8	1.04			しょうゆ10%	2	2.6		
					たけのこレトルト1kg	10	13			だいこん（秀2L）	30	39			清酒2%	0.8	1.04			上白（1kg袋）	1.2	1.56		
ささみほぐし身 レトルト	12	15.6			グリーンピース（冷凍）	3	3.9			ねぎ（国産秀L）	8	10.4			しょうゆ10%	2	2.6			食塩	0.1	0.13		
きゅうり（A級L）	15	19.5			はくさい（秀2L）	30	39			かつお加工品（削り節）	2.7	2.7			上白（1kg袋）	0.9	1.17			ごま油	0.6	0.78		
キャベツ（秀2L）	20	26			玉葱（2L）	25	32.5			しょうゆ10%	2	2.4												
にんじん（秀L）	5	6.5			国産干しいたけ（スライス）	0.6	0.78			うすくちしょうゆ	1	1.2			オレンジL162g72玉	0.25個	0.25個			若鶏胸皮なし 国産	20	26		
食塩	0.1	0.13			ごま油	0.8	1.04			食塩	0.1	0.13								清酒2%	0.08	0.1		
しょうゆ10%	2	2.6			ブラックペッパー300g	0.03	0.04			でんぶん	1	1.2								ねぎ（国産秀L）	5	6.5		

9月9日火曜日					9月10日水曜日					9月11日木曜日					9月12日金曜日					9月16日火曜日									
小型ロールパン（乳）					白飯（ライスパック）N					ごもくごはん					白飯（ライスパック）N					白飯（ライスパック）N									
牛乳					牛乳					牛乳					牛乳					牛乳									
イタリアンスパゲティ					ショウロンポウ2こ					さといもコロッケ					野菜たっぷり豚丼					炒めビーフン									
オムレツ（卵）					チンゲンサイのナムル					よしのじる					千草和え ｷｬﾍﾞﾂ					きゅうりのごまじょうゆ									
チキンサラダ					八宝菜 卵なし					◎ぶどうヨーグルト(乳)					オレンジ1-4					中華五目スープ									
		正味量					正味量					正味量					正味量					正味量							
材料名		小学校	中学校			材料名		小学校	中学校			材料名		小学校	中学校			材料名		小学校	中学校			材料名		小学校	中学校		
上白(1kg袋)		1.5	1.95			食塩		0.4	0.52			清酒2ℓ		1	1.3									にんじん（秀L）		10	13		
米酢1.8ℓ		2	2.6			でんぷん		0.8	1.04															玉葱（2L）		25	32.5		
米サラダ油(ペットボトル)		0.4	0.78			しょうゆ10ℓ		1.3	1.69			ヨーグルト80gぶどう		1個	1個									たけのこレトルト1kg		10	13		
						清酒2ℓ		0.8	1.04			（アレルギー）ぶどうゼリー		0.01個	0.01個									うすくちしょうゆ		2	2.6		
						チキンブイヨン缶		3	3.9															食塩		0.2	0.26		
																								鶏豚湯1号缶		3.2	4.16		
																								ホワイトペッパー300g		0.02	0.03		
																								でんぷん		0.25	0.33		
																								水		110	143		

9月17日水曜日					9月18日木曜日					9月19日金曜日					9月22日月曜日					9月24日水曜日				
カレーピラフ					あいちの米粉入りパン(乳)					白飯（ライスパック）N					ソフト麺					白飯（ライスパック）N				
牛乳					牛乳					牛乳					牛乳					牛乳				
お魚フライ					チキンナゲット（小1中2					しゅうまい（小2・中3）					五目あんかけ（改）					いわし八丁味噌煮				
やさいたっぷりスープ					ポークビーンズ（乳）					華風あえ 改					とうふだんご小2個中3個					あかしそあえ☆				
					フルーツゼリーミックス					なす入りマーボーどうふ					ごぼうのごまだれあえ					生揚げの卵とじ（卵）大				
	正味量					正味量					正味量					正味量					正味量			
材料名	小学校	中学校			材料名	小学校	中学校			材料名	小学校	中学校			材料名	小学校	中学校			材料名	小学校	中学校		
アルファー化米	40	52			あいちの米粉パン50	1個	1個			白飯（ライスパック）	1個	1個			ソフト麺 ¹ 90g	1個	0個			白飯（ライスパック）	1個	1個		
豚ひき肉 国産	20	26													ソフト麺 ¹ 100g	0個	1個							
ホールコーン缶(1号缶)	10	13			牛乳	1個	1個			牛乳	1個	1個								牛乳	1個	1個		
玉葱（2L）	25	32.5													牛乳	1個	1個							
にんじん（秀L）	15	19.5			チキンナゲット	1個	2個			しゅうまい18gトレー入り	2個	3個								いわし八丁みそ煮40g	0.1袋	0袋		
マッシュルーム(ゆで)	5	6.5													豚もも肉薄切り 国産	20	26			いわし八丁みそ煮50g	0袋	0.1袋		
チキンブイヨン缶	14	18.2			豚もも肉薄切り 国産	18	23.4			キャベツ（秀2L）	28	36.4			にんじん（秀L）	10	13							
米サラダ油(ペットボトル)	0.5	0.65			乾燥大豆（国産）	16	20.8			きゅうり（A級L）	15	19.5			もやし	10	13			キャベツ（秀2L）	25	32.5		
カレー粉	0.5	0.65			にんじん（秀L）	10	13			いりごま1kg	1	1.3			はくさい（秀2L）	15	19.5			きゅうり（A級L）	25	32.5		
しょうゆ10%	1.6	2.2			パセリ（秀）	0.8	1.04			ロースハム短冊	10	13			干しいたけスライス	0.5	0.65			赤しそ粉	0.65	0.85		
食塩	0.4	0.52			じゃがいも（秀2L）	20	26			米酢1.8%	2	2.6			ねぎ（国産秀L）	13	16.9							
ホワイトペッパー300g	0.01	0.01			玉葱（2L）	35	45.5			しょうゆ10%	2	2.6			かつお加工品(削り節)	2.7	2.7			鶏卵L	26	33.8		
ウスターソース1.8%	0.2	0.26			米白絞油	2	2.6			米サラダ油(ペットボトル)	1.2	1.56			しょうゆ10%	6	7.8			若鶏モモ皮付き 国産	15	19.5		
清酒2%	0.8	1.04			粉チーズ500g	1.5	1.95			食塩	0.1	0.13			米酢1.8%	0.5	0.65			冷凍厚揚げ（県産大豆使用	30	39		
三温（20kg袋）	0.1	0.13			三温（20kg袋）	1	1.3			上白(1kg袋)	2	2.6			でんぷん	2	2.6			玉葱（2L）	30	39		
水	67	87.1			トマトケチャップ3Kg	16	20.8			ごま油	0.3	0.39			食塩	0.3	0.39			にんじん（秀L）	15	19.5		
					カレー粉	0.04	0.05								水	90	117			たけのこレトルト1kg	10	13		
牛乳	1個	1個			食塩	0.06	0.08			木綿豆腐	115	149.5								根みつば（秀）	3	3.9		
					ブラックペッパー300g	0.01	0.01			なす（秀L）	15	19.5			とうふだんご（ごま抜き）	2個	3個			干しいたけスライス	0.6	0.78		
おさかなフライ50g	1個	0個			ウスターソース1.8%	2	2.6			ねぎ（国産秀L）	16	20.8								かつお加工品(削り節)	1	1.3		
おさかなフライ60g	0個	1個			チキンブイヨン缶	7	9.1			おろししょうが	0.5	0.65			きゅうり（A級L）	10	13			三温（20kg袋）	1.5	1.95		
米白絞油	5	6.5			赤ワイン1.8%	2	2.6			豚ひき肉 国産	28	36.4			にんじん（秀L）	5	6.5			しょうゆ10%	4.2	5.46		
					デミグラスソース1号缶	4.3	5.59			食塩	0.08	0.1			切ごぼうサラダ用	16	20.8			食塩	0.08	0.1		
ベーコンカット（短冊）	15	19.5								清酒2%	0.08	0.1			ホールコーン缶(1号缶)	5	6.5			米サラダ油(ペットボトル)	0.3	0.39		
じゃがいも（秀2L）	20	26			蒲郡みかんゼリー(ダイス	25	32.5			豚レバーチップ	2	2.6			米酢1.8%	1.5	1.95			清酒2%	0.8	1.04		
にんじん（秀L）	10	13			黄桃缶ダイス	25	35			にら（秀）	8	10.4			上白(1kg袋)	1.5	1.95			本みりん1.8%	0.7	0.91		
はくさい（秀2L）	25	32.5			パイン缶(チビット)	20	28			豆みそ	6.5	8.45			しょうゆ	1.5	1.95							
セロリー（秀）	2	2.6								三温（20kg袋）	2.2	2.86			すりごま1kg	1	1.3							
玉葱（2L）	25	32.5								本みりん1.8%	1	1.3			芝麻醤800g	1.5	1.95							
パセリ（秀）	0.5	0.65								清酒2%	2.5	3.25			ごま油	0.5	0.65							

2025年09月01日～2025年09月30日

[週 間 献 立 表]

2025-08-18 印刷

6 ページ

9月17日水曜日					9月18日木曜日					9月19日金曜日					9月22日月曜日					9月24日水曜日									
カレーピラフ					あいちの米粉入りパン(乳)					白飯（ライスパック）N					ソフト麺					白飯（ライスパック）N									
牛乳					牛乳					牛乳					牛乳					牛乳									
お魚フライ					チキンナゲット（小1中2					しゅうまい（小2・中3）					五目あんかけ（改）					いわし八丁味噌煮									
やさいたっぷりスープ					ポークビーンズ（乳）					華風あえ 改					とうふだんご小2個中3個					あかしそあえ☆									
					フルーツゼリーミックス					なす入りマーボー豆腐					ごぼうのごまだれあえ					生揚げの卵とじ（卵）大									
		正味量					正味量					正味量					正味量					正味量							
材料名		小学校	中学校			材料名		小学校	中学校			材料名		小学校	中学校			材料名		小学校	中学校			材料名		小学校	中学校		
食塩		0.2	0.26									でんぷん		0.4	0.52														
ホワイトペッパー300g		0.03	0.04									ごま油		0.4	0.52														
しょうゆ10㍺		2.5	3.25									鶏豚湯1号缶		3	3.9														
冷凍ブイヨン		12	15.6									豆板醤 1kg		0.2	0.26														
清酒2㍺		0.6	0.78									食塩		0.2	0.26														
水		90	117																										

9月25日木曜日					9月26日金曜日					9月29日月曜日					9月30日火曜日									
白飯（ライスパック）N 牛乳 ビビンバ(細切り肉) ビビンバ（野菜） トッポギスープ					白飯（ライスパック）N 牛乳 とりにくの唐揚げレモンづ おひたし ぶたじる					白飯（ライスパック）N 牛乳 さばの銀紙焼 きゅうりとわかめのすのも だんごじる					サンドイッチロール（乳） 牛乳 セルフサンド ウインナー ミニサラダ チキンチャウダー（乳）									
		正味量					正味量					正味量					正味量					正味量		
材料名	小学校	中学校			材料名	小学校	中学校			材料名	小学校	中学校			材料名	小学校	中学校			材料名				
白飯（ライスパック）	1個	1個			白飯（ライスパック）	1個	1個			白飯（ライスパック）	1個	1個			サンドイッチロール 70g	1個	0個							
															サンドイッチロール 80g	0個	1個							
牛乳	1個	1個			牛乳	1個	1個			牛乳	1個	1個												
															牛乳	1個	1個							
豚もも細切5mm×5mm×4cm	40	52			若鶏もも皮なし 4 0 g 国産	1枚	1枚			さば銀紙焼 5 0 g	1個	0個												
清酒2%	1	1.3			食塩	0.2	0.2			さば銀紙焼 6 0 g	0個	1個			フランクフルト40g ポーク	1本	0本							
おろしにんにく 1 k g	0.3	0.39			ホワイトペッパー 3 0 0 g	0.03	0.03								フランクフルト50g ポーク	0本	1本							
たけのこレトルト 1 k g	8	10.4			でんぷん	4	4			カットわかめ（国内産）	0.7	0.91			トマトケチャップ3Kg	4	5.2							
三温（20kg袋）	1.5	1.95			米白絞油	4	5.2			きゅうり（A級L）	30	39			ウスターソース1.8%	2	2.6							
本みりん1.8%	1.5	1.95			うすくちしょうゆ	2.4	2.4			米酢1.8%	2.3	2.99			三温（20kg袋）	1	1.3							
ごま油	0.5	0.65			上白(1kg袋)	4	4			上白(1kg袋)	2.3	2.99			デミグラスソース 1 号缶	2	2.6							
しょうゆ10%	2.5	3.25			レモン(果汁1%)	1	1.3			しょうゆ10%	2.4	3.12			赤ワイン1.8%	1	1.3							
甜麺醤	2	2.6																						
					ほうれんそう（秀）	10	13			若鶏もも皮なし 国産	15	19.5			キャベツ（秀 2 L）	25	32.5							
だいずもやし	20	26			にんじん（秀L）	8	10.4			米サラダ油(ペットボトル)	0.1	0.13			きゅうり（A級L）	12	15.6							
にんじん（秀L）	10	13			もやし	20	26			清酒2%	1	1.3			にんじん（秀L）	3	3.9							
ほうれんそう（秀）	15	19.5			しょうゆ	1.6	2.08			ジャガボール	25	32.5			米サラダ油(ペットボトル)	0.4	0.52							
しょうゆ10%	2	2.6			いりごま1kg	0.8	1.04			ねぎ（国産秀L）	8	10.4			上白(1kg袋)	0.8	1.04							
米酢1.8%	1.2	1.56			上白(1kg袋)	0.7	0.91			はくさい（秀 2 L）	10	13			食塩	0.2	0.26							
上白(1kg袋)	1.25	1.63								にんじん（秀L）	5	6.5			ホワイトペッパー 3 0 0 g	0.02	0.03							
ごま油	0.5	0.65			豚もも肉薄切り 国産	20	26			干しいたけスライス	0.8	1.04			米酢1.8%	1.2	1.56							
いりごま1kg	0.5	0.65			木綿豆腐	20	26			かつお加工品(削り節)	2.7	2.7												
					にんじん（秀L）	8	10.4			しょうゆ10%	3	3			若鶏もも皮なし 国産	25	32.5							
若鶏胸皮なし 国産	12	15.6			だいこん（秀 2 L）	20	24			本みりん1.8%	1	1.3			白ワイン1.8%	2	2.6							
トッポギ 1 kg	20	26			ねぎ（国産秀L）	8	10.4			食塩	0.3	0.39			玉葱（ 2 L）	30	39							
はくさい（秀 2 L）	12	15.6			切ごぼうさがき	8	10.4								じゃがいも（秀 2 L）	25	32.5							
にんじん（秀L）	10	13			油揚げ（カット）	2.7	3.51								にんじん（秀L）	5	6.5							
玉葱（ 2 L）	20	26			豆みそ	7.8	10.14								パセリ（秀）	0.8	1.04							
にら（秀）	5	6.5			かつお加工品(削り節)	2.7	2.7								マッシュルーム(ゆで)	5	6.5							
食塩	0.3	0.39			水	90	117								米白絞油	4.3	5.59							

