

| 献立 | バーガーパン | | → | | 手作り米粉パン | | |
|-----------|--------|-----|--------|------|---------|-----|----------------|
| | 学校名 | クラス | 氏名 | 配分量g | 小計 | 合計 | 換算人数 |
| | | | | 60 | 1 | 5 | |
| | | | | 120 | 3 | | |
| | | | | 120 | | | |
| | | | | 120 | | | |
| | | | | 120 | 1 | | |
| | | | | | | | |
| 料理名／食品名 | 発注 | 1回分 | 使用量 | | 確認 | 切り方 | 調理方法等 |
| | | | 人 | | | | |
| 米粉 | | | 350 g | | | | ※オープンのタンクに |
| 片栗粉 | | | 175 g | | | | 水を入れておく。 |
| 豆乳ヨーグルト | | | 560 g | | | | 180℃に予熱しておく。 |
| キャノーラ油 | | | 70 g | | | | |
| 砂糖 | | | 40 g | | | | ①ボウルに豆乳ヨーグルト、 |
| 塩 | | | 3.5 g | | | | 油、砂糖、塩を入れて |
| ベーキングパウダー | | | 21 g | | | | 泡立て器で混ぜる。 |
| | | | 1220 g | | | | ②①に米粉と片栗粉を加えて |
| | | | | | | | よく混ぜる。 |
| | | | | | | | ③さらにベーキングパウダーを |
| 120g×8 | | 年中 | 60 g | | 小判3 | | 加えて手早く混ぜる。 |
| 60g×4 | | 小1 | 120 g | | 小判6 | | ④型に計量しながら生地を流し |
| | | 小5 | 120 g | | | | 入れ、180℃のオーブンで |
| | | 小6 | 120 g | | | | 20～25分焼く。 |
| | | 中学 | 120 g | | | | (スタート押したら、すぐに |
| | | 予備 | 60 g | | | | 仕上がりボタンを長押しして |
| | | | 120 g | | | | 20分スチームする) |
| | | | 120 g | | | | ⑤荒熱がとれたら横に切れ目を |
| | | | 120 g | | | | いれる。 |
| | | | 120 g | | | | |
| | | 保存 | 60 g | | | | 焼きあがったらラップしておく |
| | | 検食 | 60 g | | | | |
| | | | 1200 g | | | | |
| | | | | | | | |

| 献立 | フィッシュフライ → 小麦→米粉に代替 | | | | | |
|-------------|---------------------|--------|--------|-----|----|--------------|
| | 学校名 | クラス | 氏名 | 配缶量 | 小計 | 合計 |
| | | | | | 1 | 1 |
| | | | | | 5 | |
| 料理名／食品名 | 発注 | 一人分量 | 使用量 | | 確認 | 切り方 |
| | | | 5 人 | | | |
| ホキ切り身60g | | 1 切 | 5 切 | | | |
| ・食塩 | | 0.02 g | 0.10 g | | | ・下味 |
| ・白こしょう | | 0.01 g | 0.05 g | | | |
| ・白ワイン | | 2.5 g | 12.5 g | | | |
| 小麦粉 | | 5 g | g | | | |
| ◎米粉 | | 6 g | 30 g | | | ◎バター液 |
| ◎大豆粉 | | 0.25 g | 1.25 g | | | |
| ◎水 | | 6 g | 30 g | | | |
| パン粉 | | 10 g | g | | | |
| 米粉パン粉 | | 15 g | 75 g | | | ※温度とれたら高温で |
| キャノーラ油（揚げ油） | | 適量 | | | | きつね色になるまで揚げる |
| 中濃ソース | | 2 g | 10 g | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

浅羽学校給食センター

[illegible]

浅羽学校給食センター

[illegible]

[ア レ ル ギ ー 室 手 配 表]

R7年度 11/14 金曜日

浅羽学校給食センター

| 献立 | ソフトめん → | | | | 米粉の麺 | | |
|-------------------|---------|---------|------|----|------|------|----------------|
| | 学校名 | クラス | 氏名 | 小計 | 合計 | 換算人数 | |
| | | | 190 | 1 | 1 | 5 | |
| 料理名/食品名 | 発注 | 一人分量 | 使用量 | | 確認 | 切り方 | 調理方法等 |
| | | | 人 | | | | |
| 米粉の麺（うどん） | | ゆで190 g | | | | | ①お湯をたっぷり沸かし |
| サラダ油 | | | 大さじ1 | | | | サラダ油大さじ1入れる |
| ★生麺なので前保存も取ってください | | | | | | | ②沸騰したら麺を入れ、 |
| ★ゆであがり倍率約1.7倍 | | | | | | | 麺をほぐさずに入れて |
| | | | | | | | 1分ゆでる(タイマー) |
| | | | | | | | ③箸でゆっくりとほぐし |
| | | | | | | | ながら3分茹でる(タイマー) |
| | | | | | | | ④ザルにあける |
| | | | | | | | |

| 献立 | 秋のチーズ焼き → | | | | チーズ→ドレッシングに代替 | | |
|----------|-----------|--------|--------|-----|---------------|-----|---------------|
| | 学校名 | クラス | 氏名 | 配分量 | 小計 | 合計 | 換算人数 |
| | | | | | 1 | | |
| | | | | | 3 | 4 | 9 |
| | | | | | | | |
| 料理名/食品名 | 発注 | 一人分量 | 使用量 | | 確認 | 切り方 | 調理方法等 |
| | | | 9 人 | | | | |
| ウインナー | | 8 g | 72 g | | | | オーブンを210℃に予熱 |
| れんこん | | 10 g | 90 g | | | | ボイル |
| さつまいも | | 30 g | 270 g | | | | 蒸し器で蒸す |
| まいたけ | | 7 g | 63 g | | | | |
| 粉チーズ | | 1 g | g | | | | |
| 食塩 | | 0.08 g | 0.72 g | | | | ①下準備した野菜類に |
| 白こしょう | | 0.01 g | 0.09 g | | | | 塩胡椒をし、カップに入れる |
| シュレットチーズ | | 8 g | g | | | | ②大豆粉とドレッシングを |
| 大豆粉 | | 0.2 g | 1.8 g | | | | 混ぜ合わせ①の上にかける |
| ドレッシング | | 8 g | 72 g | | | | ③210℃のオーブンで |
| | | | | | | | 10分焼く |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |