

調理指示書(普通食②)

調理場名: 稲城市立第一調理場
コース名: 第一

	低	0.82	中	高	1.20	中学	1.28	合計	換算計
予定	1040	853	1045	1090	1308	2494	3192	5669	6398
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		
ご飯60/70/80/90				5669			
白飯60/70/80/90 60g		60	0	1040	1040	食	
白飯60/70/80/90 70g		70	0	1045	1045	食	
白飯60/70/80/90 80g		80	0	1090	1090	食	
白飯60/70/80/90 90g		0	90	2494	2494	食	
飲用牛乳				5669			
飲用牛乳		206	206		5669	本	
さけの照り焼きだれ50/70				5669			
さけ切身50/70 50g		50	0	3175	3210	枚	①たれを作る・ ②天板に油をひき、魚を焼く・ ③焼いた魚をタッパーに並べ、たれをかける・ 目安・ 第一 240℃ 12分・ 第二 240℃ 15分・
さけ切身50/70 70g		0	70	2494	2520	枚	
米ぬか油	焼き油	1	1.28		6.4	kg	
上白糖	たれ	0.55	0.7		3.5	kg	
しょうゆ		2	2.56		12.8	kg	
酒		0.5	0.64		3.2	kg	
本みりん		1	1.28		6.4	kg	
水		9	11.52		57.6	kg	
でん粉		0.4	0.51		2.6	kg	
水	でん粉用	1	1.28		6.4	kg	
にらたま汁				5669			
かつお薄削り(袋入)	だし	2.5	3.2		16	kg	①だしをとる・ ②だしを加熱し、材料を入れる・ ③調味料を入れる・ ④でん粉を入れ沸騰させたら卵を入れる・ ⑤にらを入れる・
水	だし	120	153.6		768	kg	
玉ねぎ	スライス	15	19.2		103	kg	
人参	いちょう	10	12.8		66	kg	
木綿豆腐	角	15	19.2		96	kg	
酒		1	1.28		6.4	kg	
食塩		0.7	0.9		4.5	kg	
しょうゆ		1.5	1.92		9.6	kg	
でん粉		1	1.28		6.4	kg	
水	でん粉用	3	3.84		19.2	kg	
冷凍殺菌液卵		15	19.2		96	kg	
にら	3cm	5	6.4		34	kg	
豚肉とチンゲン菜炒め				5669			
米ぬか油		0.5	0.64		3.2	kg	①チンゲン菜を下ゆでする・ ②油で材料を炒め、調味する・
生姜	みじん	0.2	0.26		1.7	kg	
豚ばらこま切れ		10	12.8		66	kg	
チンゲン菜	3cm→ポイル	15	19.2		113	kg	
緑豆もやし		30	38.4		200	kg	
赤パプリカ		5	6.4		36	kg	
食塩		0.2	0.26		1.3	kg	
しょうゆ		1	1.28		6.4	kg	