手作り想定メニュー例

資料５－１

【分量】

料理名	材料名	一人当たり正味(g)	
		(小)	(中)
手作りメンチカツ(卵なし)	豚ひき肉	25.00	32.50
	玉ねぎ（冷凍炒め玉ねぎで代替可）	15.00	19.50
	大豆ミート	3.00	3.90
	米粉	0.70	0.91
	塩	0.15	0.20
	白こしょう	0.04	0.05
	水	2.50	3.25
	薄力粉	4.00	5.20
	パン粉	4.00	5.20
	揚げ油	9.00	11.70
		63.39	82.41

【作業工程】

行程	手作りメンチカツ	備考
下処理	＜野菜の洗浄・切断＞ 玉ねぎー皮むき・3回洗浄 大豆ミートー戻す 調味料ー混ぜておく 薄力粉と水を混ぜてバッターー液にする 挽肉に調味料、玉ねぎ、パン粉を混ぜ、よく練る ↓ 等分して、成型する ホテルパンに並べる。（1枚20/15ケ） ↓ 冷蔵庫で保存	＊
上処理	＜野菜の切裁・準備等＞ 玉ねぎーみじん切 成型したタネにバッターー液・パン粉をつける ↓	＊肉タネ用
揚物・焼物・蒸し物	フライヤーで揚げる 175℃　6分 ↓ （試し揚げ） ↓ 中心温度を確認し、記録する。 ↓ 学校ごとに温度を確認し、 クラスごとに配缶する。 （配缶前の手洗い・使い捨て手袋使用） ↓ 保存食の採取 ↓ ↓ ↓ 配送	

資料５－１

手作り想定メニュー例

【分量】

料理名	材料名	一人当たり正味(g)	
		(小)	(中)
手作りコロッケ(卵なし)	豚ひき肉	10.00	13.00
	玉ねぎ（冷凍炒め玉ねぎで代替可）	15.00	19.50
	にんじん	3.00	3.90
	こめ油（炒め用）	0.50	0.65
	じゃがいも（冷凍カットじゃが芋で代替可）	50.00	65.00
	むき枝豆	5.00	6.50
	塩	0.20	0.26
	こしょう	0.01	0.01
	薄力粉	8.00	10.40
	水	8.00	10.40
	パン粉	8.00	10.40
	揚げ油	8.00	10.40
		115.71	150.42

【作業工程】

行程	手作りコロッケ	備考
下処理	＜野菜の洗浄・切断＞ 玉ねぎー皮むき・3回洗浄 にんじんー皮むき・3回洗浄 じゃがいもー皮むき・3回洗浄 むき枝豆ー開封・解凍 調味料ー混ぜておく 薄力粉と水を混ぜてバッター液にする 冷却したじゃが芋・炒めた肉・野菜・調味料を混ぜる。 ↓ 等分して、成型する ホテルパンに並べる。 ↓ 冷蔵庫で保存	＊
上処理	＜野菜の切裁・準備等＞ 玉ねぎーみじん切 にんじんーみじん切 じゃがいもーさいの目切 ↓ 豚肉・玉ねぎ・にんじん・米油を炒め、冷却する 冷却　20分　10℃以下 ↓ じゃがいもースチコン　スチーム40分 ↓ じゃがいもを冷却する 冷却　20分　10℃以下 成型したタネにバッター液・パン粉をつける ↓	*タネ用 *タネ用
揚物・焼物・蒸し物	フライヤーで揚げる 175℃　6分 ↓ （試し揚げ） ↓ 中心温度を確認し、記録する。 ↓ 学校ごとに温度を確認し、 クラスごとに配缶する。 （配缶前の手洗い・使い捨て手袋使用） ↓ 保存食の採取 ↓ ↓ ↓ 配送	

手作り想定メニュー例

資料５－１

【分量】

料理名	材料名	一人当たり正味(g)	
		(小)	(中)
手作りかぼちゃコロッケ(卵なし)	豚ひき肉	10.00	13.00
	玉ねぎ（冷凍炒め玉ねぎで代替可）	15.00	19.50
	にんじん	3.00	3.90
	こめ油（炒め用）	0.50	0.65
	カットかぼちゃ（生または冷凍）	55.00	71.50
	むき枝豆	5.00	6.50
	塩	0.20	0.26
	こしょう	0.01	0.01
	薄力粉	8.00	10.40
	水	8.00	10.40
	パン粉	8.00	10.40
	揚げ油	8.00	10.40
		120.71	156.92

【作業工程】

行程	手作りかぼちゃコロッケ	備考
下処理	＜野菜の洗浄・切断＞ 玉ねぎー皮むき・3回洗浄 にんじんー皮むき・3回洗浄 カットかぼちゃー開封 むき枝豆ー開封・解凍 調味料ー混ぜておく 薄力粉と水を混ぜてバッター液にする 冷却したかぼちゃ・炒めた肉・野菜・調味料を混ぜる。 ↓ 等分して、成型する ホテルパンに並べる。 ↓ 冷蔵庫で保存	＊
上処理	＜野菜の切裁・準備等＞ 玉ねぎーみじん切 にんじんーみじん切 じゃがいもーさいの目切 ↓ 豚肉・玉ねぎ・にんじん・米油を炒め、冷却する 冷却　20分　10℃以下 ↓ かぼちゃースチコン　スチーム40分 ↓ かぼちゃを冷却する 冷却　20分　10℃以下 成型したタネにバッター液・パン粉をつける ↓	＊タネ用 ＊タネ用
揚物・焼物・蒸し物	フライヤーで揚げる 175℃　6分 ↓ （試し揚げ） ↓ 中心温度を確認し、記録する。 ↓ 学校ごとに温度を確認し、 クラスごとに配缶する。 （配缶前の手洗い・使い捨て手袋使用） ↓ 保存食の採取 ↓ ↓ ↓ 配送	

資料５－１

手作り想定メニュー例

【分量】

料理名	材料名	一人当たり正味(g)	
		(小)	(中)
手作り春巻き	豚もも肉　千切り	18.00	21.60
	ピーマン	6.00	7.20
	にら	5.00	6.00
	しょうが	0.30	0.36
	たけのこレトルト　千切り	5.00	6.00
	きくらげスライス	0.50	0.60
	春雨5cmカット	4.00	4.80
	スープストック	0.10	0.12
	しょうゆ	1.70	2.04
	さとう　上白	0.30	0.36
	でんぷん	1.20	1.44
	ごま油	1.00	1.20
	春巻きの皮	1枚	1枚
	薄力粉	0.40	0.40
	水	0.50	0.50
	揚げ油	4.00	4.00
		48.00	56.62

【作業工程】

行程	手作り春巻き	備考
下処理	＜野菜の洗浄・切断＞ ピーマンー1/2カット・種とり・3回洗浄 にらー3回洗浄 しょうがー皮むき・3回洗浄 きくらげー3回洗浄 たけのこー開封・洗浄 薄力粉と水を混ぜる。 冷却したタネを等分する。 ↓ 春巻きの皮で包む ホテルパンに並べる。 ↓ 冷蔵庫で保存	＊
上処理	＜野菜の切裁・準備等＞ ピーマンー3ミリ千切り にらー3cmカット しょうがーみじん切 春雨ーぬるま湯で戻す・水切り ↓ ごま油・豚肉を炒める ↓ 野菜・春雨・調味料を加え、でん粉でとろみをつける ↓ バットに取り分ける。	＊タネ用
揚物・焼物・蒸し物	フライヤーで揚げる 175℃　6分 ↓ （試し揚げ） ↓ 中心温度を確認し、記録する。 ↓ 学校ごとに温度を確認し、 クラスごとに配缶する。 （配缶前の手洗い・使い捨て手袋使用） ↓ 保存食の採取 ↓ ↓ ↓ 配送	

資料５－１

手作り想定メニュー例

【分量】

料理名	材料名	一人当たり正味(g)	
		(小)	(中)
サーターアンダーギー	薄力粉	5.00	6.50
	ホットケーキミックス	5.00	6.50
	上白糖	2.50	3.25
	液卵	2.50	3.25
	牛乳（生地を見て調整）	0.70	0.91
	揚げ油	2.20	2.86
	米油（成型用）	分量外	分量外
		17.90	23.27

【作業工程】

行程	手作りかぼちゃコロッケ	備考
下処理	＜野菜の洗浄・切断＞ 薄力粉・HMー合わせてふるう	
上処理	＜野菜の切裁・準備等＞ 上白糖・液卵・牛乳をよく混ぜる ↓ ふるった粉類を加える ↓ 手に油をつけ、生地を成型する ↓ ↓	
揚物・焼物・蒸し物	フライヤーで揚げる 175°C　5分 ↓ （試し揚げ） ↓ 中心温度を確認し、記録する。 ↓ 学校ごとに温度を確認し、 クラスごとに配缶する。 （配缶前の手洗い・使い捨て手袋使用） ↓ 保存食の採取 ↓ ↓ ↓ 配送	

資料５－１

手作り想定メニュー例

【分量】

料理名	材料名	一人当たり正味(g)	
		(小)	(中)
豆腐ハンバーグ	木綿豆腐（冷凍品で代替可）	30.00	39.00
	豚挽肉	30.00	39.00
	干しひじき（ドライパックで代替可）	1.00	1.30
	玉ねぎ	15.00	19.50
	にんじん	3.00	3.90
	パン粉	5.00	6.50
	液卵	3.00	3.90
	コンソメ有塩	0.05	0.07
	塩	0.20	0.26
	白こしょう	0.02	0.03
		87.27	113.45

【作業工程】

行程	豆腐ハンバーグ	備考
下処理	＜野菜の洗浄・切断＞ 豆腐ー1/8カット・ザルで水切り 干しひじきー3回洗浄 にんじんー皮むき・3回洗浄 玉ねぎー皮むき・3回洗浄 液卵ーミキサー 調味料ー混ぜておく ひじき・野菜を混ぜておく ↓ 挽肉に調味料、卵、豆腐、野菜、パン粉を混ぜ、よく練る ↓ 等分して、成型する ホテルパンに並べる。（1枚20/15ケ） ↓ 冷蔵庫で保存	 ＊
上処理	＜野菜の切裁・準備等＞ 玉ねぎーみじん切⇒肉下処理 にんじんーみじん切⇒肉下処理 スチコン用ラックにホテルパンを入れる ↓ コンビ　　220℃　　20分	 *肉だね用 〃
揚物・焼物・蒸し物	スチコン毎に中心温度を確認し、記録する。 （上段・中段・下段の中央） （85℃　1分以上） ↓ 学校ごとに数を確認し、 クラスごとに配缶する。 （配缶前の手洗い・使い捨て手袋使用） ↓ 保存食の採取 ↓ ↓ ↓ 配送	

資料５－１

手作り想定メニュー例

【分量】

料理名	材料名	一人当たり正味(g)	
		(小)	(中)
ハンバーグ	牛ひき肉	20.00	26.00
	豚ひき肉	30.00	39.00
	液卵	5.00	6.50
	玉ねぎ（冷凍炒め玉ねぎで代替可）	27.00	35.10
	米油	0.80	1.04
	パン粉	5.00	6.50
	牛乳	2.50	3.25
	塩	0.15	0.20
	こしょう	0.01	0.01
	ナツメグ	0.01	0.01
		90.47	117.61

【作業工程】

行程	ハンバーグ	備考
下処理	＜野菜の洗浄・切断＞ 玉ねぎー皮むき・3回洗浄 液卵ーミキサー 挽肉に調味料、卵、玉ねぎ、パン粉を混ぜ、よく練る ↓ 等分して、成型する ホテルパンに並べる。（1枚20/15ケ） ↓ 冷蔵庫で保存	＊
上処理	＜野菜の切裁・準備等＞ 玉ねぎーみじん切 ↓ 玉ねぎ・米油を炒め、冷却しておく⇒肉下処理 　冷却　20分　10℃以下 スチコン用ラックにホテルパンを入れる ↓ コンビ　　220℃　　20分	*肉だね用
揚物・焼物・蒸し物	スチコン毎に中心温度を確認し、記録する。 （上段・中段・下段の中央） （85℃　1分以上） ↓ 学校ごとに数を確認し、 クラスごとに配缶する。 （配缶前の手洗い・使い捨て手袋使用） ↓ 保存食の採取 ↓ ↓ ↓ 配送	

資料５－１

手作り想定メニュー例

【分量】

料理名	材料名	一人当たり正味(g)	
		(小)	(中)
ピーマンつくね	とりもも挽肉	42.00	54.60
	青ピーマン（他の野菜でも可）	8.00	10.40
	玉ねぎ（冷凍炒め玉ねぎで代替可）	15.00	19.50
	しょうが	0.30	0.39
	液卵	3.00	3.90
	大豆ミート	4.50	5.85
	塩	0.15	0.20
	こしょう	0.02	0.03
	でんぷん	2.00	2.60
	パン粉	2.00	2.60
		76.97	100.06

【作業工程】

行程	野菜つくね	備考
下処理	＜野菜の洗浄・切断＞ 大豆ミートー戻す ピーマンー1/2カット・種とり・3回洗浄 玉ねぎー皮むき・3回洗浄 しょうがー皮むき・3回洗浄 液卵ーミキサー 調味料ー混ぜておく 野菜・大豆ミートを混ぜておく(A) ↓ 挽肉に調味料、卵、A、パン粉を混ぜ、よく練る ↓ 等分して、成型する ホテルパンに並べる。（1枚20/15ケ） ↓ 冷蔵庫で保存	＊
上処理	＜野菜の切裁・準備等＞ 玉ねぎーみじん切⇒肉下処理 ピーマンーみじん切⇒肉下処理 スチコン用ラックにホテルパンを入れる ↓ コンビ　　220℃　　20分	＊肉だね用 〃
揚物・焼物・蒸し物	スチコン毎に中心温度を確認し、記録する。 （上段・中段・下段の中央） （85℃　1分以上） ↓ 学校ごとに数を確認し、 クラスごとに配缶する。 （配缶前の手洗い・使い捨て手袋使用） ↓ 保存食の採取 ↓ ↓ ↓ 配送	

手作り想定メニュー例

資料５－１

【分量】

料理名	材料名	一人当たり正味(g)	
		(小)	(中)
松風焼	とりもも挽肉	30.00	39.00
	玉ねぎ（冷凍炒め玉ねぎで代替可）	12.00	15.60
	長ねぎ	12.00	15.60
	にんじん	2.00	2.60
	しょうが	0.50	0.65
	大豆ミート	5.00	6.50
	パン粉	3.00	3.90
	米粉	1.50	1.95
	みそ	1.00	1.30
	酒	1.00	1.30
	しょうゆ	1.50	1.95
	さとう　上白	2.00	2.60
	白いりごま	2.00	2.60
		73.50	95.55

【作業工程】

行程	松風焼	備考
下処理	＜野菜の洗浄・切断＞ 玉ねぎー皮むき・3回洗浄 にんじんー皮むき・3回洗浄 長ねぎー3回洗浄 しょうがー皮むき・3回洗浄 大豆ミートー戻す 野菜と大豆ミートを混ぜておく ↓ 挽肉に調味料、野菜、パン粉を混ぜ、よく練る ↓ 等分して、ホテルパンに伸ばし、白ごまをふる ↓ 冷蔵庫で保存	 ＊
上処理	＜野菜の切裁・準備等＞ 玉ねぎーみじん切 にんじんーみじん切 長ねぎーみじん切 しょうがーみじん切 スチコン用ラックにホテルパンを入れる ↓ コンビ　　220℃　　20分	 *肉だね用 〃 〃 〃
揚物・焼物・蒸し物	スチコン毎に中心温度を確認し、記録する。 （上段・中段・下段の中央） （85℃　1分以上） ↓ 等分に切り分ける （手洗い・使い捨て手袋・専用まな板・包丁使用） ↓ 学校ごとに数を確認し、 クラスごとに配缶する。 （配缶前の手洗い・使い捨て手袋使用） ↓ 保存食の採取 ↓ ↓ ↓ 配送	

資料５－１

手作り想定メニュー例

【分量】

料理名	材料名	一人当たり正味(g)	
		(小)	(中)
和風ミートローフ	とりもも挽肉	30.00	39.00
	焼き豆腐（冷凍で代替可）	10.00	13.00
	玉ねぎ（冷凍炒め玉ねぎで代替可）	30.00	39.00
	ごぼう　細千切り	8.00	10.40
	しょうが	0.30	0.39
	こめ油	0.40	0.52
	パン粉	3.80	4.94
	液卵	4.00	5.20
	酒	0.20	0.26
	さとう　上白	1.00	1.30
	みそ	4.00	5.20
	米粉	0.80	1.04
		92.50	120.25

【作業工程】

行程	和風ミートローフ	備考
下処理	＜野菜の洗浄・切断＞ 玉ねぎー皮むき・3回洗浄 ごぼう細千切りー3回洗浄 焼き豆腐ー1/4カット 液卵ーミキサー 挽肉に豆腐、卵、調味料、炒め野菜、パン粉を混ぜ、よく練る ↓ 等分して、ホテルパンに伸ばす。 ↓ 冷蔵庫で保存	＊
上処理	＜野菜の切裁・準備等＞ 玉ねぎーみじん切 ごぼう細千切りーみじん切 しょうがーみじん切 ↓ しょうが・玉ねぎ・ごぼう・米油を炒め、冷却しておく⇒肉下処理 冷却　20分　10℃以下 スチコン用ラックにホテルパンを入れる ↓ コンビ　　220℃　　20分	*肉だね用
揚物・焼物・蒸し物	スチコン毎に中心温度を確認し、記録する。 （上段・中段・下段の中央） （85℃　1分以上） ↓ 等分に切り分ける （手洗い・使い捨て手袋・専用まな板・包丁使用） ↓ 学校ごとに数を確認し、 クラスごとに配缶する。 （配缶前の手洗い・使い捨て手袋使用） ↓ 保存食の採取 ↓ ↓ ↓ 配送	

資料５－１

手作り想定メニュー例

【分量】

料理名	材料名	一人当たり正味(g)	
		(小)	(中)
千種焼	液卵	35.00	45.50
	にんじん	5.00	6.50
	ほうれん草カット	10.00	13.00
	干ししいたけスライス	0.50	0.65
	干しひじき	0.50	0.65
	とりもも挽肉	5.00	6.50
	こめ油	0.5	0.65
	白すりごま	1.00	1.30
	さとう　上白	3.00	3.90
	しょうゆ	2.20	2.86
	塩	0.20	0.26
		62.90	81.77

【作業工程】

行程	千種焼	備考
下処理	＜野菜の洗浄・切断＞ にんじんー皮むき・3回洗浄 ほうれん草カットー開封・洗浄 干ししいたけー3回洗浄 干しひじきー3回洗浄 液卵ーミキサー 調味料ー混ぜておく 炒めた具材とほうれん草を混ぜておく ↓ 等分して、ホテルパンに具材を広げる。 ↓ 卵液を注ぐ。 ↓ 冷蔵庫で保存	＊
上処理	＜野菜の切裁・準備等＞ にんじんーみじん切 干ししいたけーみじん切 こめ油・ひき肉を炒める ↓ にんじん・干ししいたけ・ひじき・調味料を加える。 ↓ バケツに取り分ける。 スチコン用ラックにホテルパンを入れる ↓ コンビ　　200℃　　25分	＊具材
揚物・焼物・蒸し物	スチコン毎に中心温度を確認し、記録する。 （上段・中段・下段の中央） （85℃　1分以上） ↓ 等分に切り分ける （手洗い・使い捨て手袋・専用まな板・包丁使用） ↓ 学校ごとに数を確認し、 クラスごとに配缶する。 （配缶前の手洗い・使い捨て手袋使用） ↓ 保存食の採取 ↓ ↓ ↓ 配送	

手作り想定メニュー例

資料５－１

【分量】

料理名	材料名	一人当たり正味(g)	
		(小)	(中)
きのこキッシュ	ベーコンスライス	7.00	10.00
	まいたけ　生	7.00	10.00
	ぶなしめじ　生　バラ	7.00	10.00
	玉ねぎ	21.00	30.00
	じゃがいも（冷凍品でも代替可）	7.00	10.00
	塩	0.21	0.30
	黒こしょう	0.01	0.02
	角切りチーズ	3.50	5.00
	液卵	21.00	30.00
	牛乳	14.00	20.00
	アルミカップ船形　約100ml	1個	
	ホイルコンテナ　約130ml		1個
		87.72	125.32

【作業工程】

行程	きのこキッシュ	備考
下処理	＜野菜の洗浄・切断＞ まいたけーほぐす・3回洗浄 しめじー3回洗浄 玉ねぎー皮むき・3回洗浄 じゃがいもー皮むき・3回洗浄 液卵・牛乳・調味料ーミキサー チーズー開封 じゃがいも・野菜・チーズを混ぜておく。 ↓ 具材を等分して、ホテルパンに並べたアルミカップに入れる。 ↓ 卵液を注ぐ。 ↓ 冷蔵庫で保存	＊
上処理	＜野菜の切裁・準備等＞ 玉ねぎーみじん切 じゃがいもーさいの目切 じゃがいもをボイルまたはスチーム35分加熱 ↓ 冷却する 　冷却20分　10℃以下 スチコン用ラックにホテルパンを入れる ↓ コンビ　　200℃　　25分	＊具材
揚物・焼物・蒸し物	スチコン毎に中心温度を確認し、記録する。 （上段・中段・下段の中央） （85℃　1分以上） ↓ 等分に切り分ける （手洗い・使い捨て手袋・専用まな板・包丁使用） ↓ 学校ごとに数を確認し、 クラスごとに配缶する。 （配缶前の手洗い・使い捨て手袋使用） ↓ 保存食の採取 ↓ ↓ ↓ 配送	

手作り想定メニュー例

資料５－１

【分量】

料理名	材料名	一人当たり正味(g)	
		(小)	(中)
マカロニグラタン	マカロニ　乾燥	10.00	13.00
	とりもも肉	20.00	26.00
	玉ねぎ	15.00	19.50
	マッシュルームスライス水煮	8.00	10.40
	じゃがいも（冷凍品でも代替可）	20.00	26.00
	こめ油	0.50	0.65
	水	20.00	26.00
	塩	0.30	0.39
	こしょう	0.02	0.03
	牛乳	30.00	39.00
	米粉	2.5	3.25
	シュレットチーズ	5.00	6.50
	パセリ粉	0.03	0.04
	アルミカップ船形　約100ml	1個	
	ホイルコンテナ　約130ml		1個
		131.35	170.76

【作業工程】

行程	マカロニグラタン	備考
下処理	＜野菜の洗浄・切断＞ 玉ねぎー皮むき・3回洗浄 じゃがいもー皮むき・3回洗浄 マッシュルームスライスー開封・洗浄 チーズー開封	
上処理	＜野菜の切裁・準備等＞ 玉ねぎーみじん切 じゃがいもーさいの目切 米油・とり肉を炒める ↓ 玉ねぎ・マッシュルーム・じゃがいもを加える ↓ 水を加えて、じゃがいもに火が通るまで煮る ↓ 牛乳・調味料を加え、温まったら米粉を加える。 ↓ とろみがつくまで煮る。バケツに分ける。 等分した具材をアルミカップに入れ、 シュレットチーズとパセリをかける。 ↓ アルミカップをホテルパンに並べる。 スチコン用ラックにホテルパンを入れる ↓ オーブン　210℃　10分	
揚物・焼物・蒸し物	スチコン毎に中心温度を確認し、記録する。 （上段・中段・下段の中央） （85℃　1分以上） ↓ 学校ごとに数を確認し、 クラスごとに配缶する。 （配缶前の手洗い・使い捨て手袋使用） ↓ 保存食の採取 ↓ ↓ ↓ 配送	

資料５－１

手作り想定メニュー例

【分量】

料理名	材料名	一人当たり正味(g)	
		(小)	(中)
かぼちゃケーキ	無塩バター	3.00	3.90
	さとう　上白	3.80	4.94
	液卵	3.50	4.55
	ホットケーキミックス	9.00	11.70
	牛乳	4.00	5.20
	かぼちゃペースト冷凍	20.00	26.00
	白いりごま	1.00	1.3
		44.30	57.59

【作業工程】

行程	かぼちゃケーキ	備考
下処理	＜野菜の洗浄・切断＞ 無塩バターー解凍・ボールごとお湯につける かぼちゃー解凍 液卵・牛乳ー合わせてミキサーにかける	
上処理	＜野菜の切裁・準備等＞ かぼちゃペーストにさとうとバターを混ぜる(ホイッパー) ↓ 卵と牛乳を混ぜる ↓ ホットケーキミックスを混ぜる(へら) ↓ ホテルパンに伸ばす ↓ スチコン用ラックにホテルパンを入れる ↓ オーブン　　180℃　25分 （焼きムラが出ないよう、途中でホテルパンを移動する）	
揚物・焼物・蒸し物	スチコン毎に中心温度を確認し、記録する。 （上段・中段・下段の中央） （85℃　1分以上） ↓ 等分に切り分ける　　8×12＝96等分 （手洗い・使い捨て手袋・専用まな板・包丁使用） ↓ 学校ごとに数を確認し、 クラスごとに配缶する。 （配缶前の手洗い・使い捨て手袋使用） ↓ 保存食の採取 ↓ ↓ ↓ 配送	

資料５－１

手作り想定メニュー例

【分量】

料理名	材料名	一人当たり正味(g)	
		(小)	(中)
りんごマドレーヌ	無塩バター	3.00	3.90
	さとう　上白	3.00	3.90
	食塩	0.05	0.07
	液卵	3.00	3.90
	ホットケーキミックス	6.00	7.80
	牛乳	3.00	3.90
	りんごダイスカットシロップ漬け	7.50	9.75
	マドレーヌカップ(小)	１ケ	
	マドレーヌカップ(大)		１ケ
		25.55	33.22

【作業工程】

行程	かぼちゃケーキ	備考
下処理	＜野菜の洗浄・切断＞ 無塩バターー解凍 液卵・牛乳ー合わせてミキサーにかける HMーふるっておく（ホイッパーで混ぜる）	
上処理	＜野菜の切裁・準備等＞ さとうとバターを混ぜる(ホイッパー) ↓ 卵と牛乳を混ぜる ↓ ホットケーキミックス半量を混ぜる(へら) ↓ 残りの粉とりんごを加えて混ぜる。 ↓ ホテルパンにマドレーヌカップを並べ、生地を落とす ↓ スチコン用ラックにホテルパンを入れる ↓ オーブン　　180℃　18分 （焼きムラが出ないよう、途中でホテルパンを移動する）	
揚物・焼物・蒸し物	スチコン毎に中心温度を確認し、記録する。 （上段・中段・下段の中央） （85℃　1分以上） ↓ ↓ 学校ごとに数を確認し、 クラスごとに配缶する。 （配缶前の手洗い・使い捨て手袋使用） ↓ 保存食の採取 ↓ ↓ ↓ 配送	

資料５－１

手作り想定メニュー例

【分量】

料理名	材料名	一人当たり正味(g)	
		(小)	(中)
みかんゼリー	みかんジュース	20.00	26.00
	水	20.00	26.00
	みかん(缶詰)	25.00	32.50
	みかん　缶詰シロップ	5.00	6.50
	粉ゼラチン	0.55	0.72
	さとう　上白	4.20	5.46
	クリーンカップ60	1個	
	クリーンカップ90		1個
		74.75	97.18

【作業工程】

行程	みかんゼリー	備考
下処理	＜野菜の洗浄・切断＞ みかん缶詰ー開封・果肉とシロップを分ける	
上処理	＜野菜の切裁・準備等＞ クリーンカップに注ぐみかん果実を入れる ↓ 粉ゼラチンに熱湯を注ぎ、よく溶かす ↓ ボールの底をお湯に当てながら、ジュース・シロップを加える ↓ クリーンカップに注ぐ ↓ 冷蔵庫で冷やす（1時間）	和え物室 又は果物室
揚物・焼物・蒸し物	冷えて固まったら、表面温度を確認・記録する。 ↓ 学校ごとに数を確認し、ふたをする クラスごとに配缶する。 （配缶前の手洗い・使い捨て手袋使用） ↓ 保存食の採取 ↓ ↓ ↓ 配送	

資料５－１

手作り想定メニュー例

【分量】

料理名	材料名	一人当たり正味(g)	
		(小)	(中)
いちごババロア	いちごソース冷凍	14.00	18.20
	牛乳	40.00	52.00
	さとう　上白	2.20	2.86
	粉ゼラチン	1.30	1.69
	水	13.00	16.90
	ホイップクリーム　冷凍	5.00	6.50
	クリーンカップ90	1個	
	クリーンカップ120		1個
		75.50	98.15

【作業工程】

行程	いちごババロア	備考
下処理	＜野菜の洗浄・切断＞ いちごソースー解凍 ホイップクリームー解凍	
上処理	＜野菜の切裁・準備等＞ いちごソースと牛乳をよく混ぜる ↓ 粉ゼラチンに熱湯を注ぎ、よく溶かす ↓ ボールの底をお湯に当てながら、牛乳を加える ↓ クリーンカップに注ぐ ↓ 冷蔵庫で冷やす（1時間）	和え物室 又は果物室
揚物・焼物・蒸し物	冷えて固まったら、表面温度を確認・記録する。 ↓ 学校ごとに数を確認し、ふたをする クラスごとに配缶する。 （配缶前の手洗い・使い捨て手袋使用） ↓ 保存食の採取 ↓ ↓ ↓ 配送	