

参考献立例

1. 献立例と主な調理内容

①和食

・ごはん	炊く	・豚丼	ごはん:炊く・具:煮る
・牛乳	(委託)	・牛乳	(委託)
・焼き魚	焼く	・みそ汁	煮る
・和え物	ゆでる・和える	・きゅうりとわかめの酢の物	ゆでる・和える
・みそ汁	煮る	・トマト	消毒・カットする
・ふりかけ	数える		

・大豆入りわかめごはん	ご飯:炊く・具:混ぜる	・ごはん	炊く
・牛乳	(委託)	・牛乳	(委託)
・豚肉と高野豆腐の煮つけ	煮る	・ちくわの磯辺揚げ	揚げる
・もやしとコーンのひたし	ゆでる・和える	・ふし汁	煮る
・りんご	消毒・カットする	・キャベツのごま和え	ゆでる・和える
		・名田庄漬け	計量する

②洋食

・パン	(委託)	・ごはん	炊く
・牛乳	(委託)	・牛乳	(委託)
・ハンバーグのトマトソースかけ	焼く・(ソース:煮る)	・白身魚のフライ	揚げる
・ポテトサラダ	ゆでる・和える	・野菜スープ	煮る
・フルーツポンチ	和える	・コールスローサラダ	ゆでる・和える
		・りんごジャム	数える

③その他

・中華そば(麺)	(委託)	・ピタパン	数える
・中華そば(スープ)	煮る	・牛乳	(委託)
・牛乳	(委託)	・キーマカレー	炒める
・シューマイ	蒸す	・スープ	煮る
・ボイルブロッコリー	ゆでる・和える	・ボイルキャベツ	ゆでる・和える
・デザート(タルト)	(委託)		

2. 想定される手作り献立

筑前めし	主食
さつまいも入りゆかりご飯	
チキンライス	
揚げパン	
から揚げ(漬込み、でん粉付け)	副菜
肉魚(切身)の漬込み	
肉魚(切身)のパン粉付け	
ちくわの磯辺揚げ	
揚げ焼き料理のたれ	
煮干と大豆の佃煮	
カップ焼き	
グラタン	