

《献立指示書・釜割り表》

2022年 5月

2日(月)

行事:F小 遠足

長崎市共同調理場

No.	料理・食品名	児低一人	児中一人	児高一人	生徒一人	1の釜	A小・B小	2の釜	C小・D小	3の釜	E小・F小	4の釜	中	合計	
		使用量g	使用量g	使用量g	使用量g	206 人分		291 人分		82 人分		213 人分		792 人分	
	若竹汁					0.00		0.00		0.00		0.00		0.00	0
3	鶏むね肉(スライス)	6.4	8	9.6	10.4	1.66	1.7 kg	2.39	2.4 kg	0.69	0.7 kg	2.22	2.2 kg	6.96	7 kg
4	筍ホール(九州産)(1斗缶)	20	25	30	32.5	5.20	5.2 kg	7.47	7.5 kg	2.17	2.2 kg	6.92	6.9 kg	21.75	2 缶
5	にんじん	8.89	11.11	13.33	14.44	2.31	2.3 kg	3.32	3.3 kg	0.96	1 kg	3.08	3.1 kg	9.67	9.7 kg
6	たまねぎ	17	21.28	25.53	27.66	4.42	4.4 kg	6.35	6.4 kg	1.85	1.9 kg	5.89	5.9 kg	18.51	18.6 kg
7	えのきたけ	9.41	11.76	14.12	15.29	2.44	2.4 kg	3.51	3.5 kg	1.02	1 kg	3.26	3.3 kg	10.24	10.2 kg
8	こねぎ	2.67	3.33	4	4.33	0.69	0.7 kg	1.00	1 kg	0.29	0.3 kg	0.92	0.9 kg	2.90	2.9 kg
9	乾燥ワカメ(200g)しまかぜ	0.64	0.8	0.96	1.04	0.17	0.2 kg	0.24	0.2 kg	0.07	0.1 kg	0.22	0.2 kg	0.70	4 袋
10	醤油(淡口)(1.5L)	3.2	4	4.8	5.2	0.83	0.83	1.19	1.19	0.35	0.35	1.11	1.11	3.48	3.5
11	清酒	0.64	0.8	0.96	1.04	0.17	0.17	0.24	0.24	0.07	0.07	0.22	0.22	0.70	0.7
12	いそしお(五島灘の塩)(1kg)	0.16	0.2	0.24	0.26	0.04	0.04	0.06	0.06	0.02	0.02	0.06	0.06	0.17	0.2
13	かつお削り節(500g)	2	2.5	3	3.25	0.52	0.5 kg	0.75	0.8 kg	0.22	0.2 kg	0.69	0.7 kg	2.18	5 袋
14	出し昆布	0.64	0.8	0.96	1.04	0.17	0.2 kg	0.24	0.2 kg	0.07	0.1 kg	0.22	0.2 kg	0.70	0.7 kg
15	水	100	125	150	162.5	25.98	25.98	37.33	37.33	10.85	10.85	34.61	34.61	108.76	108.8

《献立指示書・釜割り表》

2022年 5月

2日(月)

行事:F小 遠足

長崎市共同調理場

No.	料理・食品名	児低一人	児中一人	児高一一人	生徒一人	1の釜	A小・B小	2の釜	C小・D小	3の釜	E小・F小		4の釜	中	合計	
		使用量g	使用量g	使用量g	使用量g	206 人分		291 人分		82 人分				213 人分		792 人分
	ごはん					0.00		0.00		0.00		0	0.00		0.00	
1	長崎にこまる	64	80	96	104	16.62	16.6 kg	23.89	24 kg	6.94	6.9 kg	30.9	22.15	22.2 kg	69.61	67 kg
	ちくわのごま揚げ					0.00		0.00		0.00		0	0.00		0.00	0
16	焼き竹輪 (1/4本、小1・中2)	25	25	25	50	5.15	52 本	7.28	73 本	2.05	21 本	94	10.65	107 本	25.13	253 本
17	薄力小麦粉(1kg)	8	8	8	16	1.65	1.65	2.33	2.33	0.66	0.66	2.984	3.41	3.41	8.04	8.04
18	ごま(1kg)	1	1	1	2	0.21	0.2 kg	0.29	0.3 kg	0.08	0.1 kg	0.4	0.43	0.4 kg	1.01	1
19	水	9	9	9	18	1.85	1.85	2.62	2.62	0.74	0.74	3.357	3.83	3.83	9.05	9.045
20	白絞油(16.5kg)	3.9	3.9	3.9	7.8	0.80	0.80	1.13	1.13	0.32	0.32	1.4547	1.66	1.66	3.92	3 缶
	きゅうりのピリッと漬け					0.00		0.00		0.00		0	0.00		0.00	0
21	きゅうり	28.57	35.71	42.86	46.43	7.42	7.4 kg	10.66	10.7 kg	3.10	3.1 kg	13.8	9.89	9.9 kg	31.08	31.1 kg
22	食塩	0.01	0.01	0.01	0.01	0.002	0.002	0.003	0.003	0.001	0.001	0.00373	0.002	0.002	0.008	0.01
23	醤油(濃口)(1.5L)	0.32	0.4	0.48	0.52	0.08	0.08	0.12	0.12	0.03	0.03	0.15416	0.11	0.11	0.35	0.35
24	一味唐辛子(18g)	0.01	0.01	0.01	0.01	0.002	0.002	0.003	0.003	0.001	0.001	0.00373	0.002	0.002	0.01	1 本
	かしわもち					0.00		0.00		0.00		0	0.00		0.00	0
25	ミニ柏餅30g	1 個	1 個	1 個	1 個	206.00	206 個	291.00	291 個	82.00	82 個	373	213.00	213 個	792.00	792 個

《献立指示書・釜割り表》

2022年 5月

6日(金)

行事

長崎市共同調理場

No.	料理・食品名	児低一人	児中一人	児高一人	生徒一人	1の釜	A小・B小	2の釜	C小・D小	3の釜	E小・F小	4の釜	中	合計	
		使用量g	使用量g	使用量g	使用量g	208 人分		290 人分		213 人分		213 人分		924 人分	
	麦ごはん					0.00		0.00		0.00		0.00		0.00	
1	長崎にこまる	57.6	72	86.4	93.6	15.13	15.1 kg	21.41	21.4 kg	16.11	16.1 kg	19.94	19.9 kg	72.60	70 kg
2	精麦(サンライス)(1kg)	6.4	8	9.6	10.4	1.68	1.7 kg	2.38	2.4 kg	1.79	1.8 kg	2.22	2.2 kg	8.07	7 kg
	ハヤシライス					0.00		0.00		0.00		0.00		0.00	0
4	輸入牛肉ももスライス(5×5)(1kg)	24	30	36	39	6.31	6.3 kg	8.92	8.9 kg	6.71	6.7 kg	8.31	8.3 kg	30.25	31 kg
5	たまねぎ	46.8	58.51	70.21	76.06	12.30	12.3 kg	17.40	17.4 kg	13.09	13.1 kg	16.20	16.2 kg	58.99	59 kg
6	にんじん	17.8	22.22	26.67	28.89	4.67	4.7 kg	6.61	6.6 kg	4.97	5 kg	6.15	6.2 kg	22.41	22.5 kg
7	マッシュルーム(スライス)レトルト(2kg)	14.4	18	21.6	23.4	3.78	3.7 kg	5.35	5.3 kg	4.03	4 kg	4.98	5 kg	18.15	9 袋
8	ダイストマト(1号缶)	12	15	18	19.5	3.15	3.1 kg	4.46	4.5 kg	3.36	3.3 kg	4.15	4.1 kg	15.12	6 缶
9	グリーンピース(1kg)	4.8	6	7.2	7.8	1.26	1.2 kg	1.78	1.8 kg	1.34	1.3 kg	1.66	1.7 kg	6.05	6 kg
10	ハヤシフレーク(1kg)	7.6	9.5	11.4	12.35	2.00	2 kg	2.83	2.8 kg	2.13	2.1 kg	2.63	2.6 kg	9.58	10 袋
11	国産無添加チキンブイヨン(1kg)	3.2	4	4.8	5.2	0.84	0.8 kg	1.19	1.2 kg	0.90	0.9 kg	1.11	1.1 kg	4.03	4 袋
12	トマトケチャップ(3kg)	4	5	6	6.5	1.05	1 kg	1.49	1.5 kg	1.12	1.1 kg	1.38	1.4 kg	5.04	1 袋
	トマトケチャップ(1kg)														2 袋
13	トマトピューレ食塩無添加(1kg)	8	10	12	13	2.10	2.1 kg	2.97	3 kg	2.24	2.2 kg	2.77	2.8 kg	10.08	11 袋
14	カゴメマスターソース(1.8L)	1.6	2	2.4	2.6	0.42	0.42	0.59	0.59	0.45	0.45	0.55	0.55	2.02	2.0
15	いそしお(五島灘の塩)(1kg)	0.06	0.08	0.1	0.1	0.02	0.02	0.02	0.02	0.02	0.02	0.02	0.02	0.08	0.1
16	中白糖(1kg)	0.16	0.2	0.24	0.26	0.04	0.04	0.06	0.06	0.04	0.04	0.06	0.06	0.20	0.2
17	J一番搾りキャノーラ油(1350g)	1.2	1.5	1.8	1.95	0.32	0.32	0.45	0.45	0.34	0.34	0.42	0.42	1.51	1.5
18	水	64	80	96	104	16.82	16.82	23.79	23.79	17.90	17.90	22.15	22.15	80.66	80.7

《献立指示書・釜割り表》

2022年 5月

6日(金)

行事

長崎市共同調理場

No.	料理・食品名	児低一人	児中一人	児高一人	生徒一人	1の釜	A小・B小	2の釜	C小・D小	3の釜	E小・F小		4の釜	中	合計		
		使用量g	使用量g	使用量g	使用量g	208 人分		290 人分		213 人分				213 人分		924 人分	
	ごまドレッシングサラダ					0.00		0.00		0.00		0	0.00		0.00	0	
19	キャベツ	37.65	47.06	56.47	61.18	9.89	9.9 kg	14.00	14 kg	10.53	10.5 kg	24.5	キャベツ	13.03	13 kg	47.45	47.4 kg
20	きゅうり	8.16	10.2	12.24	13.27	2.14	2.1 kg	3.03	3 kg	2.28	2.3 kg	5.3	きゅうり	2.83	2.8 kg	10.29	10.2 kg
21	ホールコーン(スーパーサイト)(8	10	12	13	2.10	2.1 kg	2.97	3 kg	2.24	2.2 kg	5.2	ホールコーン(スーパーサイト)(1kg)	2.77	2.8 kg	10.08	11 kg
22	穀物酢 (1.8L)	1.44	1.8	2.16	2.34	0.38	0.38	0.54	0.54	0.40	0.40	0.93816	穀物酢(1.8L)	0.50	0.50	1.81	1.81
23	醤油(淡口)(1.5L)	0.96	1.2	1.44	1.56	0.25	0.25	0.36	0.36	0.27	0.27	0.62544	醤油(淡口)(1.5L)	0.33	0.33	1.21	1.21
24	中白糖(1kg)	0.96	1.2	1.44	1.56	0.25	0.25	0.36	0.36	0.27	0.27	0.62544	中白糖(1kg)	0.33	0.33	1.21	1.21
25	月星印調合胡麻油(1650g)	0.4	0.5	0.6	0.65	0.11	0.11	0.15	0.15	0.11	0.11	0.2606	月星印調合胡麻油(1650g)	0.14	0.14	0.50	0.50
26	いりごま(白)(1kg)	0.8	1	1.2	1.3	0.21	0.2 kg	0.30	0.3 kg	0.22	0.2 kg	0.5	いりごま(白)(1kg)	0.28	0.3 kg	1.01	1 袋

《献立指示書・釜割り表》

2022年 5月

9日(月)

行事

長崎市共同調理場

No.	料理・食品名	児低一人	児中一人	児高一人	生徒一人	1の釜	A小・B小	2の釜	C小・D小	3の釜	E小・F小	4の釜	中	合計	
		使用量g	使用量g	使用量g	使用量g	206 人分		291 人分		213 人分		213 人分		923 人分	
	麻婆豆腐					0.00		0.00		0.00		0.00		0.00	0
3	豚肉ミンチ(大光)(1kg)	20	25	30	32.5	5.20	5.2 kg	7.47	7.5 kg	5.60	5.6 kg	6.92	6.9 kg	25.18	26 kg
4	J一番搾りキャノーラ油(1350g)	0.64	0.8	0.96	1.04	0.17	0.17	0.24	0.24	0.18	0.18	0.22	0.22	0.81	0.81
5	木綿豆腐(350g)	64	80	96	104	16.62	47 P	23.89	68 P	17.90	51 P	22.15	63 P	80.57	229 P
6	にんじん	13.3	16.67	20	21.67	3.46	3.5 kg	4.98	5 kg	3.73	3.7 kg	4.62	4.6 kg	16.79	16.8 kg
7	たまねぎ	34	42.55	51.06	55.32	8.84	8.8 kg	12.71	12.7 kg	9.52	9.5 kg	11.78	11.8 kg	42.85	42.8 kg
8	すじなしインゲン(500g)	4	5	6	6.5	1.04	1 kg	1.49	1.5 kg	1.12	1.1 kg	1.38	1.4 kg	5.04	5 kg
9	対馬しいたけ(スライス)100g	0.8	1	1.2	1.3	0.21	0.2 kg	0.30	0.3 kg	0.22	0.2 kg	0.28	0.3 kg	1.01	10 袋
10	筍ホール(九州産)(1斗缶)	8	10	12	13	2.08	2.1 kg	2.99	3 kg	2.24	2.2 kg	2.77	2.8 kg	10.07	1 缶
11	しょうが	0.6	0.75	0.9	0.98	0.16	0.2 kg	0.22	0.2 kg	0.17	0.2 kg	0.21	0.2 kg	0.76	0.8 kg
12	中白糖(1kg)	0.96	1.2	1.44	1.56	0.25	0.25	0.36	0.36	0.27	0.27	0.33	0.33	1.21	1.21
13	醤油(濃口)(1.5L)	3.6	4.5	5.4	5.85	0.94	0.94	1.34	1.34	1.01	1.01	1.25	1.25	4.53	4.53
14	麦すり赤みそ(500g)	4.8	6	7.2	7.8	1.25	1.3 kg	1.79	1.8 kg	1.34	1.3 kg	1.66	1.7 kg	6.04	13 袋
15	国産無添加チキンブイオン(1kg)	1.6	2	2.4	2.6	0.42	0.4 kg	0.60	0.6 kg	0.45	0.5 kg	0.55	0.6 kg	2.01	2 袋
	国産無添加チキンブイオン(500g)														1 袋
16	清酒	0.8	1	1.2	1.3	0.21	0.21	0.30	0.30	0.22	0.22	0.28	0.28	1.01	1.0
17	豆板醤(330g)	0.16	0.2	0.24	0.26	0.04	0.04 kg	0.06	0.06 kg	0.04	0.04 kg	0.06	0.06 kg	0.20	1 本
18	月星印調合胡麻油(1650g)	0.64	0.8	0.96	1.04	0.17	0.17	0.24	0.24	0.18	0.18	0.22	0.22	0.81	0.8
19	でん粉(1kg)	1.2	1.5	1.8	1.95	0.31	0.31	0.45	0.45	0.34	0.34	0.42	0.42	1.51	1.5
20	水	16	20	24	26	4.16	4.16	5.97	5.97	4.48	4.48	5.54	5.54	20.14	20.1

《献立指示書・釜割り表》

2022年 5月

9日(月)

行事

長崎市共同調理場

No.	料理・食品名	児低一人	児中一人	児高一人	生徒一人	1の釜	A小・B小	2の釜	C小・D小	3の釜	E小・F小		4の釜	中	合計	
		使用量g	使用量g	使用量g	使用量g	206 人分		291 人分		213 人分				213 人分		923 人分
	ごはん					0.00		0.00		0.00		0	0.00		0.00	
1	長崎にこまる	64	80	96	104	16.62	16.6 kg	23.89	23.9 kg	17.90	17.9 kg	41.8	22.15	22.2 kg	80.57	77 kg
	三色ナムル(もやし増)					0.00		0.00		0.00		0	0.00		0.00	0
21	りよくとうもやし	28.87	36.08	43.3	46.91	7.50	7.5 kg	10.77	10.8 kg	8.08	8.1 kg	18.9	9.99	10 kg	36.34	36.4 kg
22	にんじん	5.33	6.67	8	8.67	1.39	1.4 kg	1.99	2 kg	1.49	1.5 kg	3.5	1.85	1.9 kg	6.71	6.8 kg
23	青ピーマン	3.76	4.71	5.65	6.12	0.98	1 kg	1.41	1.4 kg	1.05	1.1 kg	2.5	1.30	1.3 kg	4.74	4.8 kg
24	醤油(淡口)(1.5L)	1.6	2	2.4	2.6	0.42	0.42	0.60	0.60	0.45	0.45	1.0448	0.55	0.55	2.01	2.01
25	中白糖(1kg)	0.8	1	1.2	1.3	0.21	0.21	0.30	0.30	0.22	0.22	0.5224	0.28	0.28	1.01	1.01
26	穀物酢(1.8L)	1.6	2	2.4	2.6	0.42	0.42	0.60	0.60	0.45	0.45	1.0448	0.55	0.55	2.01	2.01
27	月星印調合胡麻油(1650g)	0.8	1	1.2	1.3	0.21	0.21	0.30	0.30	0.22	0.22	0.5224	0.28	0.28	1.01	1.01
28	いりごま(白)(1kg)	0.96	1.2	1.44	1.56	0.25	0.3 kg	0.36	0.4 kg	0.27	0.3 kg	0.7	0.33	0.3 kg	1.21	2 袋

《 献立指示書・釜割り表 》

2022年 5月

10日(火)

行事:F小5年社会科見学

長崎市共同調理場

No.	料理・食品名	児低一人	児中一人	児高一人	生徒一人	1の釜	A小・B小	2の釜	C小・D小	3の釜	E小・F小	4の釜	中	合計	
		使用量g	使用量g	使用量g	使用量g	206 人分		290 人分		185 人分		214 人分		895 人分	
	春雨スープ(豚肉・キャベツ)					0.00		0.00		0.00		0.00		0.00	0
3	豚肉(並)スライス→豚うで肉	12	15	18	19.5	3.12	3.1 kg	4.46	4.5 kg	2.85	2.9 kg	豚肉(並)ス	4.17	4.2 kg	14.60 14.7 kg
4	緑豆はるさめカット10cm(1kg)	5.6	7	8.4	9.1	1.45	1.5 kg	2.08	2.1 kg	1.33	1.3 kg	緑豆はるさめ	1.95	2 kg	6.82 7 kg
5	キャベツ	23.5	29.41	35.29	38.24	6.11	6.1 kg	8.75	8.8 kg	5.59	5.6 kg	キャベツ	8.18	8.2 kg	28.63 28.7 kg
6	たまねぎ	21.3	26.6	31.91	34.57	5.53	5.5 kg	7.91	7.9 kg	5.06	5.1 kg	たまねぎ	7.40	7.4 kg	25.89 25.9 kg
7	筍ホール(九州産)(1斗缶)	8	10	12	13	2.08	2.1 kg	2.97	3 kg	1.90	1.9 kg	筍ホール(九	2.78	2.8 kg	9.74 1 缶
8	にんじん	7.11	8.89	10.67	11.56	1.85	1.9 kg	2.64	2.6 kg	1.69	1.7 kg	にんじん	2.47	2.5 kg	8.66 8.7 kg
9	こねぎ	2.67	3.33	4	4.33	0.69	0.7 kg	0.99	1 kg	0.63	0.6 kg	こねぎ	0.93	0.9 kg	3.24 3.2 kg
10	鶏豚湯	2.4	3	3.6	3.9	0.62	0.6 kg	0.89	0.9 kg	0.57	0.6 kg	鶏豚湯	0.83	0.8 kg	2.92 7 缶
11	醤油(淡口)(1.5L)	2	2.5	3	3.25	0.52	0.52	0.74	0.74	0.48	0.48	醤油(淡口)	0.70	0.70	2.43 2.434
12	いそしお(五島灘の塩)(1kg)	0.2	0.25	0.3	0.32	0.05	0.05	0.07	0.07	0.05	0.05	いそしお(五	0.07	0.07	0.24 0.242
13	月星印調合胡麻油(1650g)	0.24	0.3	0.36	0.39	0.06	0.06	0.09	0.09	0.06	0.06	月星印調合	0.08	0.08	0.29 0.292
14	水	100	125	150	162.5	25.98	25.98	37.18	37.18	23.78	23.78	水	34.78	34.78	121.70 121.7

《 献立指示書・釜割り表 》

2022年 5月

10日(火)

行事:F小5年社会科見学

長崎市共同調理場

No.	料理・食品名	児低一人	児中一人	児高一人	生徒一人	1の釜	A小・B小	2の釜	C小・D小	3の釜	E小・F小		4の釜	中	合計	
		使用量g	使用量g	使用量g	使用量g	206 人分		290 人分		185 人分			214 人分		895 人分	
	鶏肉とレバーの揚げがらめ					0.00		0.00		0.00			0.00		0.00	0
15	鶏肉(並)→鶏もも肉(1.5cm)	20	25	30	32.5	5.20	5.2 kg	7.44	7.4 kg	4.76	4.8 kg	12.2	6.96	7 kg	24.34	24.4 kg
16	清酒	0.8	1	1.2	1.3	0.21	0.21	0.30	0.30	0.19	0.19	0.4876	0.28	0.28	0.97	0.974
17	しょうが	0.5	0.63	0.75	0.81	0.13	0.1 kg	0.19	0.2 kg	0.12	0.1 kg	0.3	0.17	0.2 kg	0.61	0.6 kg
18	でん粉(1kg)	2	2.5	3	3.25	0.52	0.52	0.74	0.74	0.48	0.48	1.219	0.70	0.70	2.43	2.434
19	上新粉	2	2.5	3	3.25	0.52	0.5 kg	0.74	0.7 kg	0.48	0.5 kg	1.2	0.70	0.7 kg	2.43	2.4 kg
20	国産鶏レバー竜田揚げ(1kg)	12	15	18	19.5	3.12	3.1 kg	4.46	4.4 kg	2.85	2.9 kg	7.3	4.17	4.2 kg	14.60	15 kg
21	白絞油(16.5kg)	3.2	4	4.8	5.2	0.83	0.83	1.19	1.19	0.76	0.76	1.9504	1.11	1.11	3.89	3 缶
22	たまねぎ	21.28	26.6	31.91	34.57	5.53	5.5 kg	7.91	7.9 kg	5.06	5.1 kg	13	7.40	7.4 kg	25.89	25.9 kg
23	にんじん	7.11	8.89	10.67	11.56	1.85	1.9 kg	2.64	2.6 kg	1.69	1.7 kg	4.3	2.47	2.5 kg	8.66	8.7 kg
24	すじなしインゲン(500g)	8	10	12	13	2.08	2 kg	2.97	3 kg	1.90	1.9 kg	4.9	2.78	2.8 kg	9.74	10 kg
25	中白糖(1kg)	1.6	2	2.4	2.6	0.42	0.42	0.59	0.59	0.38	0.38	0.9752	0.56	0.56	1.95	1.947
26	醤油(濃口)(1.5L)	1.44	1.8	2.16	2.34	0.37	0.37	0.54	0.54	0.34	0.34	0.8777	0.50	0.50	1.75	1.752
27	本みりん	0.48	0.6	0.72	0.78	0.12	0.12	0.18	0.18	0.11	0.11	0.2926	0.17	0.17	0.58	0.584
28	清酒	0.48	0.6	0.72	0.78	0.12	0.12	0.18	0.18	0.11	0.11	0.2926	0.17	0.17	0.58	0.584
29	豆板醤(330g)	0.08	0.1	0.12	0.13	0.02	0.02 kg	0.03	0.03 kg	0.02	0.02 kg	0.05	0.03	0.03 kg	0.10	0 本
30	J一番搾りキャノーラ油(1350g)	0.8	1	1.2	1.3	0.21	0.21	0.30	0.30	0.19	0.19	0.4876	0.28	0.28	0.97	0.974
	ゆでそら豆					0.00		0.00		0.00		0	0.00		0.00	0
24	そらまめ	19.2	24	28.8	31.2	4.99	5 kg	7.14	7.1 kg	4.56	4.6 kg	11.7	6.68	6.7 kg	23.37	23.4 kg
25	もみ塩	0.01	0.01	0.01	0.01	0.002	20 g	0.003	30 g	0.002	20 g	50	0.002	20 g	0.009	90 g

《献立指示書・釜割り表》

2022年 5月

11日(水)

行事

長崎市共同調理場

No.	料理・食品名	児低一人	児中一人	児高一人	生徒一人	1の釜	A小・B小	2の釜	C小・D小	3の釜	E小・F小	4の釜	中	合計	
		使用量g	使用量g	使用量g	使用量g	205 人分		291 人分		211 人分		212 人分		919 人分	
	レタスと卵のスープ					0.00		0.00		0.00		0.00		0.00	0
16	全卵 生	28.2	35.29	42.35	45.88	7.29	7.3 kg	10.54	10.5 kg	7.81	7.8 kg	9.73	9.7 kg	35.37	35.3 kg
17	豚うで肉(スライス)	9.6	12	14.4	15.6	2.48	2.5 kg	3.58	3.6 kg	2.66	2.7 kg	3.31	3.3 kg	12.03	12.1 kg
18	レタス	16.3	20.41	24.49	26.53	4.22	4.2 kg	6.09	6.1 kg	4.52	4.5 kg	5.62	5.6 kg	20.45	20.4 kg
19	たまねぎ	17	21.28	25.53	27.66	4.40	4.4 kg	6.35	6.4 kg	4.71	4.7 kg	5.86	5.9 kg	21.32	21.4 kg
20	ホールコーン(スーパーサイト)(1kg)	12	15	18	19.5	3.10	3.1 kg	4.48	4.5 kg	3.32	3.3 kg	4.13	4.1 kg	15.03	15 kg
21	にんじん	8.89	11.11	13.33	14.44	2.30	2.3 kg	3.32	3.3 kg	2.46	2.5 kg	3.06	3.1 kg	11.13	11.2 kg
22	国産無添加チキンブイヨン(1kg)	6.4	8	9.6	10.4	1.65	1.6 kg	2.39	2.4 kg	1.77	1.8 kg	2.20	2.2 kg	8.02	8 袋
23	醤油(淡口)(1.5L)	2	2.5	3	3.25	0.52	0.52	0.75	0.75	0.55	0.55	0.69	0.69	2.51	2.51
24	いそしお(五島灘の塩)(1kg)	0.28	0.35	0.42	0.46	0.07	0.07	0.10	0.10	0.08	0.08	0.10	0.10	0.35	0.35
25	スリーエッチコシヨー(300g)	0.01	0.01	0.01	0.01	0.002	0.002	0.003	0.003	0.002	0.002	0.002	0.002	0.009	0.01
26	水	88	110	132	143	22.73	22.73	32.85	32.85	24.35	24.35	30.32	30.32	110.24	110.24
27	でん粉(1kg)	0.64	0.8	0.96	1.04	0.17	0.17	0.24	0.24	0.18	0.18	0.22	0.22	0.80	0.80

《献立指示書・釜割り表》

2022年 5月

11日(水)

行事

長崎市共同調理場

No.	料理・食品名	児低一人	児中一人	児高一人	生徒一人	1の釜	A小・B小	2の釜	C小・D小	3の釜	E小・F小		4の釜	中	合計	
		使用量g	使用量g	使用量g	使用量g	205 人分		291 人分		211 人分				212 人分		919 人分
	スタミナライス(麦ごはん)					0.00		0.00		0.00	0		0.00		0.00	
1	長崎にこまる	48.8	61	73.2	79.3	12.60	14.9 kg	18.21	21.5 kg	13.51	15.9 kg	37.4	16.81	19.8 kg	61.13	60 kg
2	精麦(サンライズ)(1kg)	6.4	6	9.6	10.4	1.53	1.7 kg	2.23	2.4 kg	1.65	1.8 kg	4.2	2.20	2.2 kg	7.60	7 kg
3	輸入牛肉細切り(1kg)	8	10	12	13	2.07	4.1 kg	2.99	6 kg	2.21	4.4 kg	10.4	2.76	5.5 kg	10.02	10 kg
4	そぎごぼう	9.6	12	14.4	15.6	2.48	2.5 kg	3.58	3.6 kg	2.66	2.7 kg	6.3	3.31	3.3 kg	12.03	12.1 kg
5	ぶなしめじ	7.11	8.89	10.67	11.56	1.84	1.8 kg	2.65	2.7 kg	1.97	2 kg	4.7	2.45	2.5 kg	8.91	9 kg
6	キヌサヤ(500g)	0.8	1	1.2	1.3	0.21	0.2 kg	0.30	0.3 kg	0.22	0.2 kg	0.5	0.28	0.3 kg	1.00	1 kg
7	油揚げ(カット)(1kg)	0.8	1	1.2	1.3	0.21	0.2 kg	0.30	0.3 kg	0.22	0.2 kg	0.5	0.28	0.3 kg	1.00	1 kg
8	J一番搾りキャノーラ油(1350g)	0.4	0.6	0.8	0.9	0.12	0.12	0.18	0.18	0.14	0.14	0.32	0.19	0.19	0.63	0.63
9	中白糖(1kg)	0.96	1.2	1.44	1.56	0.25	0.25	0.36	0.36	0.27	0.27	0.63	0.33	0.33	1.20	1.21
10	清酒	0.96	1.2	1.44	1.56	0.25	0.25	0.36	0.36	0.27	0.27	0.63	0.33	0.33	1.21	1.21
11	本みりん	0.4	0.6	0.8	0.9	0.12	0.12	0.18	0.18	0.14	0.14	0.32	0.19	0.19	0.63	0.63
12	いそしお(五島灘の塩)(1kg)	0.32	0.4	0.48	0.52	0.08	0.08	0.12	0.12	0.09	0.09	0.208	0.11	0.11	0.40	0.40
13	醤油(濃口)(1.5L)	0.96	1.2	1.44	1.56	0.25	0.25	0.36	0.36	0.27	0.27	0.63	0.33	0.33	1.20	1.21
14	醤油(淡口)(1.5L)	1.2	1.5	1.8	1.95	0.31	0.31	0.45	0.45	0.33	0.33	0.78	0.41	0.41	1.50	1.50
	フレンチサラダ(キャベツ・きゅうり)					0.00		0.00		0.00	0		0.00		0.00	0
28	きゅうり	16.33	20.41	24.49	26.53	4.22	4.2 kg	6.09	6.1 kg	4.52	4.5 kg	10.6	5.62	5.6 kg	20.45	20.4 kg
29	にんじん	5.33	6.67	8	8.67	1.38	1.4 kg	1.99	2 kg	1.48	1.5 kg	3.5	1.84	1.8 kg	6.68	6.7 kg
30	だいこん	18.82	23.53	28.24	30.59	4.86	4.9 kg	7.03	7 kg	5.21	5.2 kg	12.2	6.49	6.5 kg	23.58	23.6 kg
31	J一番搾りキャノーラ油(1350g)	1.2	1.5	1.8	1.95	0.31	0.31	0.45	0.45	0.33	0.33	0.78	0.41	0.41	1.50	1.50
32	穀物酢(1.8L)	1.6	2	2.4	2.6	0.41	0.41	0.60	0.60	0.44	0.44	1.04	0.55	0.55	2.00	2.00
33	醤油(淡口)(1.5L)	0.64	0.8	0.96	1.04	0.17	0.17	0.24	0.24	0.18	0.18	0.416	0.22	0.22	0.80	0.80
34	スリーエッチコショウ(300g)	0.02	0.02	0.02	0.03	0.004	0.004	0.006	0.006	0.004	0.004	0.01004	0.006	0.006	0.021	0.02
35	中白糖(1kg)	0.64	0.8	0.96	1.04	0.17	0.17	0.24	0.24	0.18	0.18	0.416	0.22	0.22	0.80	0.80

《献立指示書・釜割り表》

2022年 5月

12日(木)

行事

長崎市共同調理場

No.	料理・食品名	児低一人	児中一人	児高一人	生徒一人	1の釜	A小・B小	2の釜	C小・D小	3の釜	E小・F小	4の釜	中	合計	
		使用量g	使用量g	使用量g	使用量g	207 人分		290 人分		212 人分		212 人分		921 人分	
	ポークビーンズ		244.6			15.41		19.81		15.41		0.00		50.62	0
3	豚うで肉(スライス)	20	25	30	32.5	5.23	5.2 kg	7.44	7.4 kg	5.57	5.6 kg	6.89	6.9 kg	25.12	25.1 kg
4	ボイル大豆(1kg)	32	40	48	52	8.36	8.4 kg	11.90	11.9 kg	8.90	8.9 kg	11.02	11 kg	40.18	41 kg
5	じゃがいも	40	50	60	65	10.45	10.5 kg	14.87	14.9 kg	11.13	11.1 kg	13.78	13.8 kg	50.23	50.3 kg
6	たまねぎ	17	21.28	25.53	27.66	4.45	4.5 kg	6.33	6.3 kg	4.74	4.7 kg	5.86	5.9 kg	21.37	21.4 kg
7	にんじん	13.3	16.67	20	21.67	3.48	3.5 kg	4.96	5 kg	3.71	3.7 kg	4.59	4.6 kg	16.74	16.8 kg
8	グリーンピース(1kg)	2.4	3	3.6	3.9	0.63	0.6 kg	0.89	0.9 kg	0.67	0.7 kg	0.83	0.8 kg	3.01	3 kg
9	トマトピューレ食塩無添加(1kg)	3.2	4	4.8	5.2	0.84	0.8 kg	1.19	1.2 kg	0.89	0.9 kg	1.10	1.1 kg	4.02	4 袋
10	トマトケチャップ(3kg)	4.8	6	7.2	7.8	1.25	1.2 kg	1.78	1.8 kg	1.34	1.3 kg	1.65	1.7 kg	6.03	2 袋
11	カゴメウスターソース(1.8L)	0.64	0.8	0.96	1.04	0.17	0.17	0.24	0.24	0.18	0.18	0.22	0.22	0.80	0.80
12	いそしお(五島灘の塩)(1kg)	0.16	0.2	0.24	0.26	0.04	0.04	0.06	0.06	0.04	0.04	0.06	0.06	0.20	0.20
13	国産無添加チキンブイオン(1kg)	2.8	3.5	4.2	4.55	0.73	0.7 kg	1.04	1 kg	0.78	0.8 kg	0.96	1 kg	3.52	3 袋
	国産無添加チキンブイオン(500g)														1 袋
14	J一番搾りキャノーラ油(1350g)	0.8	1	1.2	1.3	0.21	0.21	0.30	0.30	0.22	0.22	0.28	0.28	1.00	1.00
15	水	56	70	84	91	14.63	14.63	20.82	20.82	15.58	15.58	19.29	19.29	70.32	70.32
16	醤油(淡口)(1.5L)	0.64	0.8	0.96	1.04	0.17	0.17	0.24	0.24	0.18	0.18	0.22	0.22	0.80	0.80
17	中白糖(1kg)	1.44	1.8	2.16	2.34	0.38	0.38	0.54	0.54	0.40	0.40	0.50	0.50	1.81	1.81
18	白ワイン	0.4	0.5	0.6	0.65	0.10	0.10	0.15	0.15	0.11	0.11	0.14	0.14	0.50	0.50

《献立指示書・釜割り表》

2022年 5月

12日(木)

行事

長崎市共同調理場

No.	料理・食品名	児低一人	児中一人	児高一人	生徒一人	1の釜	A小・B小	2の釜	C小・D小	3の釜	E小・F小		4の釜	中	合計	
		使用量g	使用量g	使用量g	使用量g	207 人分		290 人分		212 人分				212 人分		921 人分
	いんげんとコーンのソテー					0.00		0.00		0.00		0	0.00		0.00	0
19	ベーコン(乳・卵なし)	6.4	8	9.6	10.4	1.67	1.7 kg	2.38	2.4 kg	1.78	1.8 kg	4.2	2.20	2.2 kg	8.04	8.1 kg
20	すじなしインゲン(500g)	20	25	30	32.5	5.23	5.2 kg	7.44	7.4 kg	5.57	5.5 kg	12.9	6.89	6.9 kg	25.12	25 kg
21	にんじん	8.89	11.11	13.33	14.44	2.32	2.3 kg	3.30	3.3 kg	2.47	2.5 kg	5.8	3.06	3.1 kg	11.16	11.2 kg
22	ホールコーン(スーパースイート)	12	15	18	19.5	3.14	3.1 kg	4.46	4.5 kg	3.34	3.3 kg	7.8	4.13	4.1 kg	15.07	15 kg
23	いそしお(五島灘の塩)(1kg)	0.16	0.2	0.24	0.26	0.04	0.07	0.06	0.10	0.04	0.08	0.182	0.06	0.10	0.20	0.35
24	スリーエッチコショウ(300g)	0.02	0.02	0.02	0.03	0.00	0.004	0.01	0.006	0.00	0.004	0.01004	0.01	0.01	0.02	0.02
25	J一番搾りキャノーラ油(1350g)	0.56	0.7	0.84	0.91	0.15	0.15	0.21	0.21	0.16	0.16	0.364	0.19	0.19	0.70	0.70

《献立指示書・釜割り表》

2022年 5月

13日(金)

行事

長崎市共同調理場

No.	料理・食品名	児低一人	児中一人	児高一人	生徒一人	1の釜	A小・B小	2の釜	C小・D小	3の釜	E小・F小	4の釜	中	合計	
		使用量g	使用量g	使用量g	使用量g	208 人分		290 人分		213 人分		214 人分		925 人分	
	キャベツのみそ汁		237.5			14.96		19.24		14.96		0.00		49.16	0
6	厚揚げ(220g)	16	20	24	26	4.20	19 P	5.95	27 P	4.48	20 P 厚揚げ (220g)	5.56	25 P	20.19	91 P
7	キャベツ	23.5	29.41	35.29	38.24	6.18	6.2 kg	8.75	8.8 kg	6.58	6.6 kg キャベツ	8.18	8.2 kg	29.69	29.8 kg
8	たまねぎ	25.5	31.91	38.3	41.49	6.71	6.7 kg	9.49	9.5 kg	7.14	7.1 kg たまねぎ	8.88	8.9 kg	32.22	32.2 kg
9	えのきたけ	9.41	11.76	14.12	15.29	2.47	2.5 kg	3.50	3.5 kg	2.63	2.6 kg えのきたけ	3.27	3.3 kg	11.88	11.9 kg
10	乾燥ワカメ(200g)しまかぜ	0.8	1	1.2	1.3	0.21	0.2 kg	0.30	0.3 kg	0.22	0.2 kg 乾燥ワカメ (200g)しま かぜ	0.28	0.3 kg	1.01	5 袋
11	こねぎ	2.67	3.33	4	4.33	0.70	0.7 kg	0.99	1 kg	0.75	0.8 kg こねぎ	0.93	0.9 kg	3.36	3.4 kg
12	麦みそ(1kg)	9.6	12	14.4	15.6	2.52	2.5 kg	3.57	3.6 kg	2.69	2.7 kg 麦みそ(1kg)	3.34	3.3 kg	12.12	12 袋
	麦みそ(500g)										麦みそ (500g)				1 袋
13	煮干し(出し用)	2.4	3	3.6	3.9	0.63	0.6 kg	0.89	0.9 kg	0.67	0.7 kg 煮干し(出し 用)	0.83	0.8 kg	3.03	3 kg
14	出し昆布	0.16	0.2	0.24	0.26	0.04	0.04 kg	0.06	0.06 kg	0.04	0.04 kg 出し昆布	0.06	0.06 kg	0.20	0.2 kg
15	水	96	120	144	156	25.22	25.22	35.69	35.69	26.86	26.86	33.38	33.38	121.15	121.15

《献立指示書・釜割り表》

13日(金)

行事

長崎市共同調理場

No.	料理・食品名	1の釜				2の釜		3の釜		4の釜		中		合計			
		児低一人 使用量g	児中一人 使用量g	児高一人 使用量g	生徒一人 使用量g	208 人分	290 人分	213 人分	213 人分	214 人分	925 人分						
	まめごはん					0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		
1	長崎にこまる	56	70	84	91	14.71	15.8 kg	20.82	22.3 kg	15.67	16.8 kg	39.1	長崎にこまる	19.47	20.9 kg	70.67	70 kg
2	グリーンピース 生	12	15	18	19.5	3.15	3.2 kg	4.46	4.5 kg	3.36	3.4 kg	7.9	グリーンピース	4.17	4.2 kg	15.14	15.3 kg
3	いそしお(五島灘の塩)(1kg)	0.4	0.5	0.6	0.65	0.11	0.11	0.15	0.15	0.11	0.11	0.2606	島灘の塩(1kg)	0.14	0.14	0.50	0.50
4	水	78.4	98	117.6	127.4	20.60	20.60	29.15	29.15	21.93	21.93	51.0776	水	27.26	27.26	98.94	98.94
	キャベツのみそ汁					0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		0.00	0.00	0.00	0
6	厚揚げ(220g)	16	20	24	26	4.20	19 P	5.95	27 P	4.48	20 P	47	厚揚げ(220g)	5.56	25 P	20.19	91 P
7	キャベツ	23.5	29.41	35.29	38.24	6.18	6.2 kg	8.75	8.8 kg	6.58	6.6 kg	15.4	キャベツ	8.18	8.2 kg	29.69	29.8 kg
8	たまねぎ	25.5	31.91	38.3	41.49	6.71	6.7 kg	9.49	9.5 kg	7.14	7.1 kg	16.6	たまねぎ	8.88	8.9 kg	32.22	32.2 kg
9	えのきたけ	9.41	11.76	14.12	15.29	2.47	2.5 kg	3.50	3.5 kg	2.63	2.6 kg	6.1	えのきたけ	3.27	3.3 kg	11.88	11.9 kg
10	乾燥ワカメ(200g)しまかぜ	0.8	1	1.2	1.3	0.21	0.2 kg	0.30	0.3 kg	0.22	0.2 kg	0.5	乾燥ワカメ(200g)しまかぜ	0.28	0.3 kg	1.01	5 袋
11	こねぎ	2.67	3.33	4	4.33	0.70	0.7 kg	0.99	1 kg	0.75	0.8 kg	1.8	こねぎ	0.93	0.9 kg	3.36	3.4 kg
12	麦みそ(1kg)	9.6	12	14.4	15.6	2.52	2.5 kg	3.57	3.6 kg	2.69	2.7 kg	6.3	麦みそ(1kg)	3.34	3.3 kg	12.12	12 袋
	麦みそ(500g)											0	麦みそ(500g)				1 袋
13	煮干し(出し用)	2.4	3	3.6	3.9	0.63	0.6 kg	0.89	0.9 kg	0.67	0.7 kg	1.6	煮干し(出し用)	0.83	0.8 kg	3.03	3 kg
14	出し昆布	0.16	0.2	0.24	0.26	0.04	0.04 kg	0.06	0.06 kg	0.04	0.04 kg	0.1	出し昆布	0.06	0.06 kg	0.20	0.2 kg
15	水	96	120	144	156	25.22	25.22	35.69	35.69	26.86	26.86	62.544	水	33.38	33.38	121.15	121.15
	さばの野菜あんかけ小40/中50					0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		0.00	0.00	0.00	0
16	ごまさば切り身40g	1 個	1 個	1 個		208.00	208 個	290.00	290 個	213.00	213 個	503	ごまさば切り身40g	0.00		711.00	711 個
17	ごまさば切り身50g				1 個	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0	ごまさば切り身50g	214.00	214 個	214.00	214 個
18	清酒	0.8	0.8	0.8	0.96	0.17	0.17	0.23	0.23	0.17	0.17	0.4024	清酒	0.21	0.21	0.77	0.77
19	食塩(1kg)	0.1	0.1	0.1	0.12	0.02	0.02	0.03	0.03	0.02	0.02	0.0503	食塩(1kg)	0.03	0.03	0.10	0.10
20	でん粉(1kg)	2.4	3	3.6	3.9	0.63	0.63	0.89	0.89	0.67	0.67	1.5636	でん粉(1kg)	0.83	0.83	3.03	3.03
21	上新粉	2.4	3	3.6	3.9	0.63	0.6 kg	0.89	0.9 kg	0.67	0.7 kg	1.6	上新粉	0.83	0.8 kg	3.03	3 kg
22	白絞油(16.5kg)	4.6	4.6	4.6	5.52	0.96		1.33		0.98		0	白絞油(16.5kg)	1.18		4.45	0
23	たまねぎ	17	21.28	25.53	27.66	4.47	4.5 kg	6.33	6.3 kg	4.76	4.8 kg	11.1	たまねぎ	5.92	5.9 kg	21.48	21.5 kg
24	にんじん	8.89	11.11	13.33	14.44	2.34	2.3 kg	3.30	3.3 kg	2.49	2.5 kg	5.8	にんじん	3.09	3.1 kg	11.22	11.2 kg
25	青ピーマン	5.88	5.88	5.88	7.06	1.22	1.2 kg	1.71	1.7 kg	1.25	1.3 kg	3	青ピーマン	1.51	1.5 kg	5.69	5.7 kg
26	スライス木くらげ(100g)	0.3	0.3	0.3	0.36	0.06	0.06 kg	0.09	0.09 kg	0.06	0.06 kg	0.15	スライス木くらげ(100g)	0.08	0.08 kg	0.29	3 袋
27	J-一番搾りキャノーラ油(1350g)	0.48	0.6	0.72	0.78	0.13	0.13	0.18	0.18	0.13	0.13	0.31272	キャノーラ油(1350g)	0.17	0.17	0.61	0.61
28	トマトケチャップ(3kg)	4	4	4	4.8	0.83	0.8 kg	1.16	1.2 kg	0.85	0.9 kg	2.1	チャップ(3kg)	1.03	1 kg	3.87	1 袋
29	中白糖(1kg)	1.5	1.5	1.5	1.8	0.31	0.31	0.44	0.44	0.32	0.32	0.7545	中白糖(1kg)	0.39	0.39	1.45	1.45
30	清酒	0.5	0.5	0.5	0.6	0.10	0.10	0.15	0.15	0.11	0.11	0.2515	清酒	0.13	0.13	0.48	0.48
31	醤油(淡口)(1.5L)	2	2	2	2.4	0.42	0.42	0.58	0.58	0.43	0.43	1.006	醤油(淡口)(1.5L)	0.51	0.51	1.94	1.94
32	いそしお(五島灘の塩)(1kg)	0.2	0.2	0.2	0.24	0.04	0.04	0.06	0.06	0.04	0.04	0.1006	島灘の塩(1kg)	0.05	0.05	0.19	0.19
33	水	8	8	8	9.6	1.66	1.66	2.32	2.32	1.70	1.70	4.024	水	2.05	2.05	7.74	7.74
34	でん粉(1kg)	0.5	0.5	0.5	0.6	0.10	0.10	0.15	0.15	0.11	0.11	0.2515	でん粉(1kg)	0.13	0.13	0.48	0.48

《献立指示書・釜割り表》

2022年 5月

16日(月)

行事:中 体育大会代休

長崎市共同調理場

No.	料理・食品名	児低一人 使用量g	児中一人 使用量g	児高一人 使用量g	生徒一人 使用量g	1の釜		2の釜		3の釜		4の釜		中	合計		
						206 人分	A小・B小	291 人分	C小・D小	213 人分	E小・F小	11 人分	721 人分				
	ごはん					0.00		0.00		0.00		0		0.00		0.00	
1	長崎にこまる	64	80	96	104	16.62	16.6 kg	23.89	23.9 kg	17.90	17.9 kg	41.8	長崎にこまる	1.14	1.1 kg	59.56	57 kg
	野菜のアーモンド和え(キャベツもやし)					0.00		0.00		0.00		0		0.00		0.00	0
17	キャベツ	28.24	35.29	42.35	45.88	7.33	7.3 kg	10.54	10.5 kg	7.90	7.9 kg	18.4	キャベツ	0.50	0.5 kg	26.28	26.2 kg
18	りよくとうもやし	16.49	20.62	24.74	26.8	4.28	4.3 kg	6.16	6.2 kg	4.61	4.6 kg	10.8	りよくとうもやし	0.29	0.3 kg	15.35	15.4 kg
19	にんじん	8.89	11.11	13.33	14.44	2.31	2.3 kg	3.32	3.3 kg	2.49	2.5 kg	5.8	にんじん	0.16	0.2 kg	8.27	8.3 kg
20	ローストアーモンド(ダイス)(500g)	1.12	1.4	1.68	1.82	0.29	0.3 kg	0.42	0.4 kg	0.31	0.3 kg	0.7	ローストアーモンド(ダイス)(500g)	0.02	0.02 kg	1.04	3 袋
21	ローストアーモンド(粉末)(500g)	1.12	1.4	1.68	1.82	0.29	0.3 kg	0.42	0.4 kg	0.31	0.3 kg	0.7	ローストアーモンド(粉末)(500g)	0.02	0.02 kg	1.04	3 袋
22	中白糖(1kg)	1.6	2	2.4	2.6	0.42	0.42	0.60	0.60	0.45	0.45	1.0448	中白糖(1kg)	0.03	0.03	1.49	1.49
23	醤油(濃口)(1.5L)	2.4	3	3.6	3.9	0.62	0.62	0.90	0.90	0.67	0.67	1.5672	醤油(濃口)(1.5L)	0.04	0.04	2.23	2.23
	晩柑→ひとり1/6個					0.00		0.00		0.00		0		0.00		0.00	0
24	ばんかん	1 個	1 個	1 個	1 個	206.00	35 個	291.00	49 個	213.00	36 個	85	ばんかん	11.00	2 個	721.00	122 個

《献立指示書・釜割り表》

2022年 5月

17日(火)

行事

長崎市共同調理場

No.	料理・食品名	児低一人	児中一人	児高一人	生徒一人	1の釜	A小・B小	2の釜	C小・D小	3の釜	E小・F小		4の釜	中	合計	
		使用量g	使用量g	使用量g	使用量g	206 人分		290 人分		211 人分				214 人分		921 人分
	ホワイトシチュー		318.2			20.05		25.77		20.05			0.00		65.86	0
3	鶏肉(並)スライス→鶏むね	12	15	18	19.5	3.12	3.1 kg	4.46	4.5 kg	3.32	3.3 kg	鶏肉(並)スライス→鶏むね	4.17	4.2 kg	15.07	15.1 kg
4	じゃがいも	40	50	60	65	10.39	10.4 kg	14.87	14.9 kg	11.07	11.1 kg	じゃがいも	13.91	13.9 kg	50.24	50.3 kg
5	たまねぎ	25.53	31.91	38.3	41.49	6.63	6.6 kg	9.49	9.5 kg	7.07	7.1 kg	たまねぎ	8.88	8.9 kg	32.07	32.1 kg
6	にんじん	13.33	16.67	20	21.67	3.46	3.5 kg	4.96	5 kg	3.69	3.7 kg	にんじん	4.64	4.6 kg	16.75	16.8 kg
7	ボイル大豆(1kg)	12	15	18	19.5	3.12	3.1 kg	4.46	4.4 kg	3.32	3.3 kg	ボイル大豆(1kg)	4.17	4.2 kg	15.07	15 kg
8	パセリ	0.44	0.56	0.67	0.72	0.12	0.1 kg	0.17	0.2 kg	0.12	0.1 kg	パセリ	0.15	0.2 kg	0.56	0.6 kg
9	ユニソーヤマーガリン(1kg)	3.2	4	4.8	5.2	0.83	0.8 kg	1.19	1.2 kg	0.89	0.9 kg	ユニソーヤマーガリン(1kg)	1.11	1.1 kg	4.02	4 kg
10	薄力小麦粉(1kg)	3.2	4	4.8	5.2	0.83	0.83	1.19	1.19	0.89	0.89	薄力小麦粉(1kg)	1.11	1.11	4.02	4.02
11	水	16	20	24	26	4.16	4.16	5.95	5.95	4.43	4.43	水	5.56	5.56	20.10	20.10
12	調理用牛乳(1L)	16	20	24	26	4.16	4.2 kg	5.95	6 kg	4.43	4.4 kg	調理用牛乳(1L)	5.56	5.6 kg	20.10	20 本
	調理用牛乳(500ml)											調理用牛乳(500ml)				1 本
13	ニューチャウダー(粉チーズ)(500g)	1.6	2	2.4	2.6	0.42	0.4 kg	0.59	0.6 kg	0.44	0.4 kg	ニューチャウダー(粉チーズ)(500g)	0.56	0.6 kg	2.01	2
14	J一番搾りキャノーラ油(1350g)	0.8	1	1.2	1.3	0.21	0.21	0.30	0.30	0.22	0.22	J一番搾りキャノーラ油(1350g)	0.28	0.28	1.00	1.0
15	国産無添加チキンブイヨン(1kg)	5.6	7	8.4	9.1	1.45	1.5 kg	2.08	2.1 kg	1.55	1.6 kg	国産無添加チキンブイヨン(1kg)	1.95	2 kg	7.03	7 袋
	国産無添加チキンブイヨン(500g)											国産無添加チキンブイヨン(500g)				1 袋
16	オーム純生クリーム48%(1L)	1.6	2	2.4	2.6	0.42	0.4 kg	0.59	0.6 kg	0.44	0.4 kg	オーム純生クリーム48%(1L)	0.56	0.6 kg	2.01	2 本
17	いそしお(五島灘の塩)(1kg)	0.48	0.6	0.72	0.78	0.12	0.12	0.18	0.18	0.13	0.13	いそしお(五島灘の塩)	0.17	0.17	0.60	0.60
18	スリーエッチコシヨー(300g)	0.02	0.02	0.02	0.03	0.004	0.004	0.006	0.006	0.004	0.004	スリーエッチコシヨー	0.006	0.006	0.021	0.02
19	水	48	60	72	78	12.47	12.47	17.84	17.84	13.28	13.28	水	16.69	16.69	60.29	60.29

《献立指示書・釜割り表》

2022年 5月

17日(火)

行事

長崎市共同調理場

No.	料理・食品名	児低一人	児中一人	児高一人	生徒一人	1の釜	A小・B小	2の釜	C小・D小	3の釜	E小・F小		4の釜	中	合計		
		使用量g	使用量g	使用量g	使用量g	206 人分		290 人分		211 人分			214 人分		921 人分		
	カラフルサラダ					0.00		0.00		0.00		0	0.00		0.00	0	
20	キャベツ	23.53	29.41	35.29	38.24	6.11	6.1 kg	8.75	8.8 kg	6.51	6.5 kg	15.3	キャベツ	8.18	8.2 kg	29.55	29.6 kg
21	ホールコーン(スーパースイート)(12	15	18	19.5	3.12	3.1 kg	4.46	4.4 kg	3.32	3.3 kg	7.7	ホールコーン(スーパースイート)(1kg)	4.17	4.2 kg	15.07	15 kg
22	きゅうり	8.16	10.2	12.24	13.27	2.12	2.1 kg	3.03	3 kg	2.26	2.3 kg	5.3	きゅうり	2.84	2.8 kg	10.25	10.2 kg
23	赤ピーマン	3.56	4.44	5.33	5.78	0.92	0.9 kg	1.32	1.3 kg	0.98	1 kg	2.3	赤ピーマン	1.24	1.2 kg	4.47	4.4 kg
24	穀物酢 (1.8L)	2.4	3	3.6	3.9	0.62	0.62	0.89	0.89	0.66	0.66	1.5564	穀物酢 (1.8L)	0.83	0.83	3.01	3.01
25	J-番搾りキャノーラ油(1350g)	2.4	3	3.6	3.9	0.62	0.62	0.89	0.89	0.66	0.66	1.5564	J-番搾りキャノーラ油(1350g)	0.83	0.83	3.01	3.01
26	ポッカレモン 720ml	0.8	1	1.2	1.3	0.21	0.2 kg	0.30	0.3 kg	0.22	0.2 kg	0.5	ポッカレモン 720ml	0.28	0.3 kg	1.00	1 本
	ポッカレモン 300ml											0	ポッカレモン 300ml			0.00	1 本
27	中白糖(1kg)	1.2	1.5	1.8	1.95	0.31	0.31	0.45	0.45	0.33	0.33	0.7782	中白糖(1kg)	0.42	0.42	1.51	1.51
28	醤油(淡口)(1.5L)	0.64	0.8	0.96	1.04	0.17	0.17	0.24	0.24	0.18	0.18	0.415	醤油(淡口)(1.5L)	0.22	0.22	0.80	0.80
29	いそしお(五島灘の塩)(1kg)	0.02	0.03	0.04	0.04	0.01	0.01	0.01	0.01	0.01	0.01	0.0159	いそしお(五島灘の塩)(1kg)	0.01	0.01	0.03	0.03
30	スリーエッチコシヨー(300g)	0.02	0.02	0.02	0.03	0.004	0.004	0.006	0.006	0.004	0.004	0.01	スリーエッチコシヨー(300g)	0.006	0.006	0.021	0.02
31	ねり辛子(43g)	0.02	0.02	0.02	0.03	0.004	0.004 kg	0.006	0.006 kg	0.004	0.004 kg	0.01	ねり辛子(43g)	0.006	0.006 kg	0.021	1 本

資料11 献立指示書

《献立指示書・益割り表》

2022年 5月 18日(水)

行事:中 体育大会予備日

長崎市共同調理場

No.	料理・食品名	原低一人	原中一人	原高一人	生徒一人	1の差	A小・B小	2の差	C小・D小	3の差	E小・F小	4の差	中	合計	
		使用量g	使用量g	使用量g	使用量g	205 人分		291 人分		211 人分		11 人分		718 人分	
	豆腐のすまし汁		288.4			18.17		23.36		18.17		0.00		59.70	0
3	木綿豆腐(350g)	20	25	30	32.5	5.17	15 P	7.47	21 P	5.54	16 P	木綿豆腐 (350g)	1 P	18.52	53 P
4	はんぺん	5.6	7	8.4	9.1	1.45	1.5 kg	2.09	2.1 kg	1.55	1.6 kg	はんぺん	0.10	5.19	5.3 kg
5	にんじん	8.89	11.11	13.33	14.44	2.30	2.3 kg	3.32	3.3 kg	2.46	2.5 kg	にんじん	0.16	8.23	8.3 kg
6	たまねぎ	21.3	26.6	31.91	34.57	5.49	5.5 kg	7.94	7.9 kg	5.89	5.9 kg	たまねぎ	0.38	19.70	19.7 kg
7	きょうな	9.41	11.76	14.12	15.29	2.43	2.4 kg	3.51	3.5 kg	2.60	2.6 kg	きょうな	0.17	8.72	8.7 kg
8	こねぎ	2.67	3.33	4	4.33	0.69	0.7 kg	1.00	1 kg	0.74	0.7 kg	こねぎ	0.05	2.47	2.5 kg
9	醤油(淡口)(1.5L)	3.52	4.4	5.28	5.72	0.91	0.91	1.31	1.31	0.97	0.97	醤油(淡口) (1.5L)	0.06	3.26	3.260
10	いそしお(五島産の塩)(1kg)	0.16	0.2	0.24	0.26	0.04	0.04	0.06	0.06	0.04	0.04	いそしお (五島産の塩)	0.00	0.15	0.148
11	かつお削り節(500g)	0.88	1.1	1.32	1.43	0.23	0.2 kg	0.33	0.3 kg	0.24	0.2 kg	かつお削り節 (500g)	0.02	0.81	2 巻
12	出し昆布	0.4	0.5	0.6	0.65	0.10	0.1 kg	0.15	0.2 kg	0.11	0.1 kg	出し昆布	0.01	0.37	0.4 kg
13	水	108	135	162	175.5	27.89	27.89	40.31	40.31	29.89	29.89	水	1.93	100.02	100.02
	あじの竜田揚げ小40/中50					0.00		0.00		0.00				0.00	0
14	アジ切身(40g)	1 個	1 個	1 個		205.00	205 個	291.00	291 個	211.00	211 個	アジ切身 (40g)	0.00	707.00	707 個
15	アジ切身(50g)				1 個	0.00		0.00		0.00		アジ切身 (50g)	11.00	11.00	11 個
16	しょうが	0.5	0.5	0.5	0.63	0.10	0.1 kg	0.15	0.2 kg	0.11	0.1 kg	しょうが	0.01	0.36	0.5 kg
17	醤油(濃口)(1.5L)	2	2	2	2.5	0.41		0.58		0.42		醤油(濃口) (1.5L)	0.03	1.44	0
18	料理酒(1.8L)	1.5	1.5	1.5	1.88	0.31		0.44		0.32		料理酒 (1.8L)	0.02	1.08	0
19	上新粉	3	3	3	3.75	0.62	0.6 kg	0.87	0.9 kg	0.63	0.6 kg	上新粉	0.04	2.16	2.2 kg
20	でん粉(1kg)	3	3	3	3.75	0.62		0.87		0.63		でん粉 (1kg)	0.04	2.16	0
21	白紋油(16.5kg)	5	5	5	6.25	1.03		1.46		1.06		白紋油 (16.5kg)	0.07	3.60	3 巻
	ひじきの煮物					0.00		0.00		0.00			0.00	0.00	0
22	鶏肉(並)スライス→鶏むね	8	10	12	13	2.07	2.1 kg	2.99	3 kg	2.21	2.2 kg	鶏肉(並) スライス 鶏むね	0.14	7.41	7.4 kg
23	油揚げ(カット)(1kg)	2.8	3.5	4.2	4.55	0.72	0.7 kg	1.05	1.1 kg	0.77	0.8 kg	油揚げ (カット) (1kg)	0.05	2.59	3 kg
24	にんじん	8.89	11.11	13.33	14.44	2.30	2.3 kg	3.32	3.3 kg	2.46	2.5 kg	にんじん	0.16	8.23	8.3 kg
25	えのきたけ	4.71	5.88	7.06	7.65	1.22	1.2 kg	1.76	1.8 kg	1.30	1.3 kg	えのきたけ	0.08	4.36	4.4 kg
26	枝豆むき身(500g)	5.6	7	8.4	9.1	1.45	1.5 kg	2.09	2.1 kg	1.55	1.6 kg	枝豆むき 身(500g)	0.10	5.19	5.5 kg
27	ひじき(1kg)	2.4	3	3.6	3.9	0.62	0.6 kg	0.90	0.9 kg	0.66	0.7 kg	ひじき (1kg)	0.04	2.22	2.3 kg
28	J-一番搾りキャノーラ油(1350g)	0.4	0.5	0.6	0.65	0.10		0.15		0.11		一番搾り キャノーラ 油(1350g)	0.01	0.37	0
29	中白糖(1kg)	1.92	2.4	2.88	3.12	0.50		0.72		0.53		中白糖 (1kg)	0.03	1.78	0
30	醤油(濃口)(1.5L)	2.4	3	3.6	3.9	0.62		0.90		0.66		醤油(濃口) (1.5L)	0.04	2.22	0
						0.00		0.00		0.00			0.00	0.00	0

《献立指示書・釜割り表》

2022年 5月

18日(水)

行事:中 体育大会予備日

長崎市共同調理場

No.	料理・食品名	児低一人 使用量g	児中一人 使用量g	児高一人 使用量g	生徒一人 使用量g	1の釜		2の釜		3の釜		E小・F小	4の釜	中	合計	
						205 人分	A小・B小	291 人分	C小・D小	211 人分	11 人分				718 人分	
	ごはん					0.00		0.00		0.00		0	0.00		0.00	
1	長崎にこまる	64	80	96	104	16.53	16.5 kg	23.89	23.9 kg	17.71	17.7 kg	41.6	1.14	1.1 kg	59.27	57 kg
	あじの竜田揚げ小40/中50					0.00		0.00		0.00		0	0.00		0.00	0
14	アジ切身(40g)	1個	1個	1個		205.00	205 個	291.00	291 個	211.00	211 個	502	0.00		707.00	707 個
15	アジ切身(50g)				1個	0.00		0.00		0.00		0	11.00	11 個	11.00	11 個
16	しょうが	0.5	0.5	0.5	0.63	0.10	0.1 kg	0.15	0.2 kg	0.11	0.1 kg	0.3	0.01	0.1 kg	0.36	0.5 kg
17	醤油(濃口)(1.5L)	2	2	2	2.5	0.41	0.41	0.58	0.58	0.42	0.42	1.00	0.03	0.03	1.44	1.4415
18	料理酒(1.8L)	1.5	1.5	1.5	1.88	0.31	0.31	0.44	0.44	0.32	0.32	0.75	0.02	0.02	1.08	1.08118
19	上新粉	3	3	3	3.75	0.62	0.6 kg	0.87	0.9 kg	0.63	0.6 kg	1.50	0.04	0.1 kg	2.16	2.2 kg
20	でん粉(1kg)	3	3	3	3.75	0.62	0.62	0.87	0.87	0.63	0.63	1.51	0.04	0.04	2.16	2.16
21	白絞油(16.5kg)	5	5	5	6.25	1.03	1.03	1.46	1.46	1.06	1.06	2.51	0.07	0.07	3.60	3 缶
	ひじきの煮物					0.00		0.00		0.00		0	0.00		0.00	0
22	鶏肉(並)スライス→鶏むね	8	10	12	13	2.07	2.1 kg	2.99	3 kg	2.21	2.2 kg	5.2	0.14	0.1 kg	7.41	7.4 kg
23	油揚げ(カット)(1kg)	2.8	3.5	4.2	4.55	0.72	0.7 kg	1.05	1.1 kg	0.77	0.8 kg	1.9	0.05	0.1 kg	2.59	3 kg
24	にんじん	8.89	11.11	13.33	14.44	2.30	2.3 kg	3.32	3.3 kg	2.46	2.5 kg	5.8	0.16	0.2 kg	8.23	8.3 kg
25	えのきたけ	4.71	5.88	7.06	7.65	1.22	1.2 kg	1.76	1.8 kg	1.30	1.3 kg	3.1	0.08	0.1 kg	4.36	4.4 kg
26	枝豆むき身(500g)	5.6	7	8.4	9.1	1.45	1.5 kg	2.09	2.1 kg	1.55	1.6 kg	3.7	0.10	0.1 kg	5.19	5.5 kg
27	ひじき(1kg)	2.4	3	3.6	3.9	0.62	0.6 kg	0.90	0.9 kg	0.66	0.7 kg	1.6	0.04	0.1 kg	2.22	2.3 kg
28	J一番搾りキャノーラ油(1350g)	0.4	0.5	0.6	0.65	0.10	0.10	0.15	0.15	0.11	0.11	0.26	0.01	0.01	0.37	0.37
29	中白糖(1kg)	1.92	2.4	2.88	3.12	0.50	0.50	0.72	0.72	0.53	0.53	1.25	0.03	0.03	1.78	1.78
30	醤油(濃口)(1.5L)	2.4	3	3.6	3.9	0.62	0.62	0.90	0.90	0.66	0.66	1.56	0.04	0.04	2.22	2.22

《献立指示書・釜割り表》

2022年 5月

19日(木)

行事

長崎市共同調理場

No.	料理・食品名	児低一人	児中一人	児高一人	生徒一人	1の釜	A小・B小	2の釜	C小・D小	3の釜	E小・F小		4の釜	中	合計	
		使用量g	使用量g	使用量g	使用量g	207 人分		290 人分		212 人分			212 人分	921 人分		
	ポテトスープ(コーン)					0.00		0.00		0.00			0.00		0.00	0
3	ベーコン(乳・卵なし)	8	10	12	13	2.09	2.1 kg	2.97	3 kg	2.23	2.2 kg	ベーコン (乳・卵なし)	2.76	2.8 kg	10.05	10.1 kg
4	じゃがいも	40	50	60	65	10.45	10.5 kg	14.87	14.9 kg	11.10	11.1 kg	じゃがいも	13.78	13.8 kg	50.20	50.3 kg
5	たまねぎ	21.28	26.6	31.91	34.57	5.56	5.6 kg	7.91	7.9 kg	5.92	5.9 kg	たまねぎ	7.33	7.3 kg	26.72	26.7 kg
6	にんじん	8.89	11.11	13.33	14.44	2.32	2.3 kg	3.30	3.3 kg	2.47	2.5 kg	にんじん	3.06	3.1 kg	11.16	11.2 kg
7	ホールコーン(スーパーサイト)	8	10	12	13	2.09	2.1 kg	2.97	3 kg	2.23	2.2 kg	ホール コーン(スー パーサイト)	2.76	2.7 kg	10.05	10 kg
8	パセリ	0.27	0.33	0.4	0.43	0.07	0.1 kg	0.10	0.1 kg	0.07	0.1 kg	パセリ	0.09	0.1 kg	0.33	0.4 kg
9	J-一番搾りキャノーラ油(1350g)	0.8	1	1.2	1.3	0.21	0.21	0.30	0.30	0.22	0.22	J-一番搾 りキャノー ラ油(1350)	0.28	0.28	1.00	1.00
10	国産無添加チキンブイヨン(1kg)	6.4	8	9.6	10.4	1.67	1.7 kg	2.38	2.4 kg	1.78	1.8 kg	国産無添 加チキンブ イヨン(1kg)	2.20	2.2 kg	8.04	8 袋
	国産無添加チキンブイヨン(500g)											国産無添 加チキンブ イヨン(500g)				1 袋
11	醤油(淡口)(1.5L)	2.4	3	3.6	3.9	0.63	0.63	0.89	0.89	0.67	0.67	醤油(淡 口) (1.5L)	0.83	0.83	3.01	3.01
12	白ワイン	0.64	0.8	0.96	1.04	0.17	0.17	0.24	0.24	0.18	0.18	白ワイン	0.22	0.22	0.80	0.80
13	いそしお(五島灘の塩)(1kg)	0.32	0.4	0.48	0.52	0.08	0.08	0.12	0.12	0.09	0.09	いそしお (五島灘 の塩)	0.11	0.11	0.40	0.40
14	スリーエッチコショウ(300g)	0.01	0.01	0.01	0.01	0.002	0.002	0.003	0.003	0.002	0.002	スリー エッチコ ショウ	0.002	0.002	0.009	0.01
15	水	96	120	144	156	25.08	25.08	35.69	35.69	26.71	26.71	水	33.07	33.07	120.55	120.55

《献立指示書・釜割り表》

2022年 5月

19日(木)

行事

長崎市共同調理場

No.	料理・食品名	児低一人	児中一人	児高一人	生徒一人	1の釜	A小・B小	2の釜	C小・D小	3の釜	E小・F小		4の釜	中	合計		
		使用量g	使用量g	使用量g	使用量g	207 人分		290 人分		212 人分			212 人分		921 人分		
	キーマカレー					0.00		0.00		0.00		0	0.00		0.00	0	
16	豚肉ミンチ(大光)(1kg)	20	25	30	32.5	5.23	5.2 kg	7.44	7.4 kg	5.57	5.5 kg	12.9	豚肉ミンチ(大光)(1kg)	6.89	6.9 kg	25.12	25 kg
17	たまねぎ	34.04	42.55	51.06	55.32	8.89	8.9 kg	12.65	12.7 kg	9.47	9.5 kg	22.2	たまねぎ	11.73	11.7 kg	42.75	42.8 kg
18	にんじん	8.89	11.11	13.33	14.44	2.32	2.3 kg	3.30	3.3 kg	2.47	2.5 kg	5.8	にんじん	3.06	3.1 kg	11.16	11.2 kg
19	青ピーマン	4.71	5.88	7.06	7.65	1.23	1.2 kg	1.75	1.8 kg	1.31	1.3 kg	3.1	青ピーマン	1.62	1.6 kg	5.91	5.9 kg
20	ガルバンゾ(1kg)	8	10	12	13	2.09	2.1 kg	2.97	3 kg	2.23	2.2 kg	5.2	ガルバンゾ(1kg)	2.76	2.7 kg	10.05	10 kg
21	J-番搾りキャノーラ油(1350g)	0.4	0.5	0.6	0.65	0.10	0.10	0.15	0.15	0.11	0.11	0.26	J-番搾りキャノーラ油(1350g)	0.14	0.14	0.50	0.50
22	水	6.8	8.5	10.2	11.05	1.78	1.78	2.53	2.53	1.89	1.89	4.42	水	2.34	2.34	8.54	8.54
23	グルメきカレーフレーク(ハチ)(1kg)	4.8	6	7.2	7.8	1.25	1.2 kg	1.78	1.8 kg	1.34	1.3 kg	3.1	グルメきカレーフレーク(ハチ)(1kg)	1.65	1.7 kg	6.03	6 袋
24	カレーパウダー(200g)	0.16	0.2	0.24	0.26	0.04	0.04 kg	0.06	0.06 kg	0.04	0.04 kg	0.1	カレーパウダー(200g)	0.06	0.06 kg	0.20	1 袋
25	カゴメウスターソース(1.8L)	0.4	0.5	0.6	0.65	0.10	0.10	0.15	0.15	0.11	0.11	0.26	カゴメウスターソース(1.8L)	0.14	0.14	0.50	0.50
26	トマトケチャップ(1kg)	1.6	2	2.4	2.6	0.42	0.4 kg	0.59	0.6 kg	0.45	0.5 kg	1.1	トマトケチャップ(1kg)	0.55	0.5 kg	2.01	2 袋
27	赤ワイン	0.48	0.6	0.72	0.78	0.13	0.13	0.18	0.18	0.13	0.13	0.312	赤ワイン	0.17	0.17	0.60	0.60
28	いそしお(五島灘の塩)(1kg)	0.08	0.1	0.12	0.13	0.02	0.02	0.03	0.03	0.02	0.02	0.052	いそしお(五島灘の塩)(1kg)	0.03	0.03	0.10	0.10
29	スリーエッチコシヨ- (300g)	0.01	0.01	0.01	0.01	0.002	0.002	0.003	0.003	0.002	0.002	0.005	スリーエッチコシヨ- (300g)	0.002	0.002	0.009	0.01
	キャンディチーズ→小2・中3					0.00		0.00		0.00		0			0.00	0	0
30	キャンディタイプチーズ(約30個入)	10	10	10	15	414.00	414 個	580.00	580 個	424.00	424 個	1004	キャンディタイプチーズ(約30個入)160g	636.00	636 個	2,054.00	69 袋

《献立指示書・釜割り表》

2022年 5月

20日(金)

行事

長崎市共同調理場

No.	料理・食品名	児低一人	児中一人	児高一人	生徒一人	1の釜	A小・B小	2の釜	C小・D小	3の釜	E小・F小	4の釜	中	合計	
		使用量g	使用量g	使用量g	使用量g	208 人分		290 人分		213 人分		214 人分		925 人分	
	親子丼②					0.00		0.00		0.00		0.00		0.00	0
4	鶏むね肉(スライス)	16	20	24	26	4.20	4.2 kg	5.95	6 kg	4.48	4.5 kg	5.56	5.6 kg	20.19	20.3 kg
5	卵	47.1	58.82	70.59	76.47	12.36	12.4 kg	17.49	17.5 kg	13.16	13.2 kg	16.36	16.4 kg	59.39	59.5 kg
6	たまねぎ	42.6	53.19	63.83	69.15	11.18	11.2 kg	15.82	15.8 kg	11.90	11.9 kg	14.80	14.8 kg	53.70	53.7 kg
7	にんじん	8.89	11.11	13.33	14.44	2.34	2.3 kg	3.30	3.3 kg	2.49	2.5 kg	3.09	3.1 kg	11.22	11.2 kg
8	葉ねぎ	2.55	3.19	3.83	4.15	0.67	0.7 kg	0.95	1 kg	0.71	0.7 kg	0.89	0.9 kg	3.22	3.3 kg
9	対馬しいたけ(スライス)100g	0.32	0.4	0.48	0.52	0.08	0.1 kg	0.12	0.1 kg	0.09	0.1 kg	0.11	0.1 kg	0.40	4 袋
10	醤油(淡口)(1.5L)	3.6	4.5	5.4	5.85	0.95	0.95	1.34	1.34	1.01	1.01	1.25	1.25	4.54	4.54
11	醤油(濃口)(1.5L)	2	2.5	3	3.25	0.53	0.53	0.74	0.74	0.56	0.56	0.70	0.70	2.52	2.52
12	いそしお(五島灘の塩)(1kg)	0.16	0.2	0.24	0.26	0.04	0.04	0.06	0.06	0.04	0.04	0.06	0.06	0.20	0.20
13	本みりん	1.2	1.5	1.8	1.95	0.32	0.32	0.45	0.45	0.34	0.34	0.42	0.42	1.51	1.51
14	中白糖(1kg)	2.4	3	3.6	3.9	0.63	0.63	0.89	0.89	0.67	0.67	0.83	0.83	3.03	3.03
15	清酒	0.8	1	1.2	1.3	0.21	0.21	0.30	0.30	0.22	0.22	0.28	0.28	1.01	1.01
16	かつお削り節(500g)	0.24	0.3	0.36	0.39	0.06	0.1 kg	0.09	0.1 kg	0.07	0.1 kg	0.08	0.1 kg	0.30	1 袋
17	出し昆布	0.24	0.3	0.36	0.39	0.06	0.1 kg	0.09	0.1 kg	0.07	0.1 kg	0.08	0.1 kg	0.30	0.4 kg
18	水	48	60	72	78	12.61	12.61	17.84	17.84	13.43	13.43	16.69	16.69	60.58	60.58
19	でん粉(1kg)	0.96	1.2	1.44	1.56	0.25	0.25	0.36	0.36	0.27	0.27	0.33	0.33	1.21	1.21

《献立指示書・釜割り表》

2022年 5月

20日(金)

行事

長崎市共同調理場

No.	料理・食品名	児低一人	児中一人	児高一人	生徒一人	1の釜	A小・B小	2の釜	C小・D小	3の釜	E小・F小		4の釜	中	合計		
		使用量g	使用量g	使用量g	使用量g	208 人分		290 人分		213 人分				214 人分		925 人分	
	麦ごはん					0.00		0.00		0.00		0			0.00	0.00	
1	長崎にこまる	57.6	72	86.4	93.6	15.13	15.1 kg	21.41	21.4 kg	16.11	16.1 kg	37.5	長崎にこまる	20.03	20 kg	72.69	70 kg
2	精麦(サンライス)(1kg)	6.4	8	9.6	10.4	1.68	1.7 kg	2.38	2.4 kg	1.79	1.8 kg	4.2	精麦(サンライス)(1kg)	2.23	2.2 kg	8.08	7 kg
	焼きししやも小1/中2					0.00		0.00		0.00		0			0.00	0.00	0
20	子持ちししやも(M)13~16g	1 個	1 個	1 個	2 個	208.00	208 個	290.00	290 個	213.00	213 個	503	子持ちししやも(M)13~16g	428.00	428 個	1,139.00	1139 個
	切り干し大根の甘酢和え					0.00		0.00		0.00		0			0.00	0.00	0
21	切干大根(1kg)	2.4	3	3.6	3.9	0.63	0.6 kg	0.89	0.9 kg	0.67	0.7 kg	1.6	切干大根(1kg)	0.83	0.8 kg	3.03	3 kg
22	醤油(淡口)(1.5L)	0.64	0.8	0.96	1.04	0.17	0.17	0.24	0.24	0.18	0.18	0.417	醤油(淡口)(1.5L)	0.22	0.22	0.81	0.80768
23	中白糖(1kg)	0.13	0.16	0.19	0.21	0.03	0.03	0.05	0.05	0.04	0.04	0.0832	中白糖(1kg)	0.04	0.04	0.16	0.16176
24	水	5.12	6.4	7.68	8.32	1.35	1.35	1.90	1.90	1.43	1.43	3.3357	水	1.78	1.78	6.46	6.46144
25	にんじん	4.44	5.56	6.67	7.22	1.17	1.2 kg	1.65	1.7 kg	1.24	1.2 kg	2.9	にんじん	1.55	1.6 kg	5.61	5.7 kg
26	きゅうり	24.49	30.61	36.73	39.8	6.43	6.4 kg	9.10	9.1 kg	6.85	6.9 kg	16	きゅうり	8.52	8.5 kg	30.91	30.9 kg
27	穀物酢(1.8L)	2.56	3.2	3.84	4.16	0.67	0.67	0.95	0.95	0.72	0.72	1.6678	穀物酢(1.8L)	0.89	0.89	3.23	3.23072
28	中白糖(1kg)	1.92	2.4	2.88	3.12	0.50	0.50	0.71	0.71	0.54	0.54	1.2509	中白糖(1kg)	0.67	0.67	2.42	2.42304
29	醤油(淡口)(1.5L)	1.28	1.6	1.92	2.08	0.34	0.34	0.48	0.48	0.36	0.36	0.8339	醤油(淡口)(1.5L)	0.45	0.45	1.62	1.61536
30	いりごま(白)(1kg)	0.8	1	1.2	1.3	0.21	0.2 kg	0.30	0.3 kg	0.22	0.2 kg	0.5	いりごま(白)(1kg)	0.28	0.3 kg	1.01	1 袋

《献立指示書・釜割り表》

2022年 5月

23日(月)

行事:C・D・E小 運動会代休

長崎市共同調理場

No.	料理・食品名	児低一人 使用量g	児中一人 使用量g	児高一人 使用量g	生徒一人 使用量g	1の釜 206 人分	A小・B小 使用量g	2の釜 0 人分	C小・D小 使用量g	3の釜 131 人分	E小・F小 使用量g	4の釜 213 人分	中	合計 550 人分	
	筑前煮					0.00		0.00		0.00		0.00		0.00	0
3	鶏むね肉(スライス)	20	25	30	32.5	5.20	5.2 kg	0.00		3.43	3.4 kg	6.92	6.9 kg	15.54	15.5 kg
4	厚揚げ(220g)	20	25	30	32.5	5.20	24 P	0.00		3.43	15 P	6.92	31 P	15.54	70 P
5	じゃがいも	57.78	72.22	86.67	93.89	15.01	15 kg	0.00		9.89	9.9 kg	20.00	20 kg	44.90	44.9 kg
6	板こんにゃく	12	15	18	19.5	3.12	3.1 kg	0.00		2.06	2.1 kg	4.15	4.2 kg	9.33	9.4 kg
7	にんじん	13.33	16.67	20	21.67	3.46	3.5 kg	0.00		2.28	2.3 kg	4.62	4.6 kg	10.36	10.4 kg
8	筍ホール(九州産)(1斗缶)→	8	10	12	13	2.08	2.1 kg	0.00		1.37	1.4 kg	2.77	2.8 kg	6.22	4 缶
9	ごぼう	10.67	13.33	16	17.33	2.77	2.8 kg	0.00		1.83	1.8 kg	3.69	3.7 kg	8.29	8.3 kg
10	れんこん(冷凍)	9.6	12	14.4	15.6	2.49	2 kg	0.00		1.64	1.6 kg	3.32	3.4 kg	7.46	7 kg
11	対馬しいたけ(スライス)100g	0.8	1	1.2	1.3	0.21	0.2 kg	0.00		0.14	0.1 kg	0.28	0.3 kg	0.62	6 袋
12	すじなしインゲン(500g)	4	5	6	6.5	1.04	1 kg	0.00		0.69	0.7 kg	1.38	1.3 kg	3.11	3 kg
13	醤油(濃口)(1.5L)	3.2	4	4.8	5.2	0.83	0.83	0.00		0.55	0.55	1.11	1.11	2.49	2.4868
14	醤油(淡口)(1.5L)	1.6	2	2.4	2.6	0.42	0.42	0.00		0.27	0.27	0.55	0.55	1.24	1.2434
15	中白糖(1kg)	2.4	3	3.6	3.9	0.62	0.62	0.00		0.41	0.41	0.83	0.83	1.87	1.8651
16	本みりん	0.8	1	1.2	1.3	0.21	0.21	0.00		0.14	0.14	0.28	0.28	0.62	0.6217
17	出し昆布	0.48	0.6	0.72	0.78	0.12	0.1 kg	0.00		0.08	0.1 kg	0.17	0.2 kg	0.37	0.4 kg
18	水	28	35	42	45.5	7.27	7.27	0.00		4.80	4.80	9.69	9.69	21.76	21.7595
19	J一番搾りキャノーラ油(1350g)	0.8	1	1.2	1.3	0.21	0.21	0.00		0.14	0.14	0.28	0.28	0.62	0.6217

《献立指示書・釜割り表》

2022年 5月

23日(月)

行事:C・D・E小 運動会代休

長崎市共同調理場

No.	料理・食品名	児低一人 使用量g	児中一人 使用量g	児高一人 使用量g	生徒一人 使用量g	1の釜		2の釜		3の釜		4の釜		合計		
						206 人分	A小・B小	0 人分	C小・D小	131 人分	E小・F小	213 人分	550 人分			
	ごはん					0.00		0.00		0.00	0.00		0.00		0.00	
1	長崎にこまる	64	80	96	104	16.62	16.6 kg	0.00	0	10.96	11 kg	11.00	22.15	22.1 kg	49.74	48 kg
	小魚の青のりまぶし					0.00		0.00		0.00	0.00		0.00		0.00	0
20	かえり煮干(1kg)	4.8	6	7.2	7.8	1.25	1.3 kg	0.00	0	0.82	0.8 kg	0.80	1.66	1.7 kg	3.73	3.8 kg
21	いりごま(白)(1kg)	0.4	0.5	0.6	0.65	0.10	0.1 kg	0.00	0	0.07	0.1 kg	0.10	0.14	0.1 kg	0.31	1 袋
22	青のり粉(100g)	0.08	0.1	0.12	0.13	0.02	0.02 kg	0.00	0	0.01	0.01 kg	0.01	0.03	0.03 kg	0.06	1 袋
23	中白糖(1kg)	0.6	0.75	0.9	0.98	0.16	0.16	0.00	0.00	0.10	0.10	0.10	0.21	0.21	0.47	0.467
24	醤油(濃口)(1.5L)	0.48	0.6	0.72	0.78	0.12	0.12	0.00	0.00	0.08	0.08	0.08	0.17	0.17	0.37	0.373
25	本みりん	0.36	0.45	0.54	0.58	0.09	0.09	0.00	0.00	0.06	0.06	0.06	0.12	0.12	0.28	0.279
26	水	0.3	0.38	0.46	0.49	0.08	0.08	0.00	0.00	0.05	0.05	0.05	0.10	0.10	0.24	0.236
	甘酢キャベツ					0.00		0.00		0.00	0.00		0.00		0.00	0.000
27	キャベツ	32.94	41.18	49.41	53.53	8.56	8.6 kg	0.00	0	5.64	5.6 kg	5.60	11.40	11.4 kg	25.60	25.60 kg
28	食塩	0.16	0.2	0.24	0.26	0.04	0.04	0.00	0.00	0.03	0.03	0.03	0.06	0.06	0.12	0.12
29	中白糖(1kg)	1.2	1.5	1.8	1.95	0.31	0.31	0.00	0.00	0.21	0.21	0.21	0.42	0.42	0.93	0.93
30	穀物酢(1.8L)	1.2	1.5	1.8	1.95	0.31	0.31	0.00	0.00	0.21	0.21	0.21	0.42	0.42	0.93	0.93
31	醤油(淡口)(1.5L)	0.4	0.5	0.6	0.65	0.10	0.10	0.00	0.00	0.07	0.07	0.07	0.14	0.14	0.31	0.31

《献立指示書・釜割り表》

2022年 5月

24日(火)

行事:D小 運動会予備日

長崎市共同調理場

No.	料理・食品名	児低一人	児中一人	児高一人	生徒一人	1の釜	A小・B小	2の釜	C小・D小	3の釜	E小・F小	4の釜	中	合計	
		使用量g	使用量g	使用量g	使用量g	206 人分		110 人分		211 人分		214 人分		741 人分	
	スパゲッティミートソース					0.00		0.00		0.00		0.00		0.00	0
3	ハーフスパゲッティ	28	35	42	45.5	7.27	7.3 kg	3.95	4 kg	7.75	7.8 kg	9.74	9.7 kg	28.71	28.8 kg
4	豚肉ミンチ(大光)(1kg)	24	30	36	39	6.23	6.2 kg	3.38	3.4 kg	6.64	6.6 kg	8.35	8.4 kg	24.61	25 kg
5	たまねぎ	34.04	42.55	51.06	55.32	8.84	8.8 kg	4.80	4.8 kg	9.42	9.4 kg	11.84	11.8 kg	34.90	34.8 kg
6	にんじん	13.33	16.67	20	21.67	3.46	3.5 kg	1.88	1.9 kg	3.69	3.7 kg	4.64	4.6 kg	13.67	13.7 kg
7	青ピーマン	5.65	7.06	8.47	9.18	1.47	1.5 kg	0.80	0.8 kg	1.56	1.6 kg	1.96	2 kg	5.79	5.9 kg
8	マッシュルーム(スライス)レトルト(2kg)	8	10	12	13	2.08	2 kg	1.13	1.1 kg	2.21	2.2 kg	2.78	2.7 kg	8.20	4 袋
9	ダイストマト(1号缶)	16	20	24	26	4.16	4.2 kg	2.26	2.3 kg	4.43	4.4 kg	5.56	5.6 kg	16.40	7 缶
10	トマトピューレ食塩無添加(1kg)	8	10	12	13	2.08	2.1 kg	1.13	1.1 kg	2.21	2.2 kg	2.78	2.7 kg	8.20	8 袋
11	トマトケチャップ(3kg)	8	10	12	13	2.08	2 kg	1.13	1.1 kg	2.21	2.2 kg	2.78	2.8 kg	8.20	3 袋
12	カゴメマスターソース(1.8L)	1.2	1.5	1.8	1.95	0.31	0.31	0.17	0.17	0.33	0.33	0.42	0.42	1.23	1.2303
13	赤ワイン	0.8	1	1.2	1.3	0.21	0.21	0.11	0.11	0.22	0.22	0.28	0.28	0.82	0.8202
14	いそしお(五島灘の塩)(1kg)	0.4	0.5	0.6	0.65	0.10	0.10	0.06	0.06	0.11	0.11	0.14	0.14	0.41	0.4101
15	スリーエッチコショウ(300g)	0.02	0.02	0.02	0.03	0.004	0.004	0.002	0.002	0.004	0.004	0.006	0.006	0.017	0.01696
16	J一番搾りキャノーラ油(1350g)	0.8	1	1.2	1.3	0.21	0.21	0.11	0.11	0.22	0.22	0.28	0.28	0.82	0.8202

《献立指示書・釜割り表》

2022年 5月

24日(火)

行事:D小 運動会予備日

長崎市共同調理場

No.	料理・食品名	児低一人	児中一人	児高一人	生徒一人	1の釜	A小・B小	2の釜	C小・D小	3の釜	E小・F小		4の釜	中	合計		
		使用量g	使用量g	使用量g	使用量g	206 人分		110 人分		211 人分				214 人分		741 人分	
	コールスロー					0.00		0.00		0.00		0	0.00		0.00	0	
17	キャベツ	37.7	47.06	56.47	61.18	9.78	9.8 kg	5.31	5.3 kg	10.42	10.4 kg	15.7	キャベツ	13.09	13.1 kg	38.60	38.6 kg
18	もみ塩	0.08	0.1	0.12	0.13	0.02	0.02	0.01	0.01	0.02	0.02	0.03	もみ塩	0.03	0.03	0.08	0.08202
19	ホールコーン(スーパーサイト)(1kg)	4	5	6	6.5	1.04	1 kg	0.56	0.5 kg	1.11	1.1 kg	1.6	ホールコーン(スーパーサイト)(1kg)	1.39	1.4 kg	4.10	4 kg
20	にんじん	2.67	3.33	4	4.33	0.69	0.7 kg	0.38	0.4 kg	0.74	0.7 kg	1.1	にんじん	0.93	0.9 kg	2.73	2.7 kg
21	穀物酢 (1.8L)	1.6	2	2.4	2.6	0.42	0.42	0.23	0.23	0.44	0.44	0.67	穀物酢(1.8L)	0.56	0.56	1.64	1.6404
22	J一番搾りキャノーラ油(1350g)	1.6	2	2.4	2.6	0.42	0.42	0.23	0.23	0.44	0.44	0.67	J一番搾りキャノーラ油(1350g)	0.56	0.56	1.64	1.6404
23	中白糖(1kg)	1.2	1.5	1.8	1.95	0.31	0.31	0.17	0.17	0.33	0.33	0.50	中白糖(1kg)	0.42	0.42	1.23	1.2303
24	いそしお(五島灘の塩)(1kg)	0.16	0.2	0.24	0.26	0.04	0.04	0.02	0.02	0.04	0.04	0.07	いそしお(五島灘の塩)(1kg)	0.06	0.06	0.16	0.16404
25	スリーエッチコシヨ(300g)	0.02	0.02	0.02	0.03	0.004	0.004	0.002	0.002	0.004	0.004	0.006	スリーエッチコシヨ(300g)	0.006	0.006	0.017	0.01696
	りんごジャム					0.00		0.00		0.00		0			0.00	0	
26	りんごジャム(15g)	1 個	1 個	1 個	1 個	206.00	206 個	110.00	110 個	211.00	211 個	321	りんごジャム(15g)	214.00	214 個	741.00	741 個

《献立指示書・釜割り表》

2022年 5月

25日(水)

行事

長崎市共同調理場

No.	料理・食品名	児低一人	児中一人	児高一人	生徒一人	1の釜	A小・B小	2の釜	C小・D小	3の釜	E小・F小	4の釜	中	合計	
		使用量g	使用量g	使用量g	使用量g	205 人分		291 人分		211 人分		212 人分		919 人分	
	わかめスープ					0.00		0.00		0.00		0.00		0.00	0
3	鶏肉(並)スライス→鶏むね肉	8	10	12	13	2.07	2.1 kg	2.99	3 kg	2.21	2.2 kg	2.76	2.8 kg	10.02	10.1 kg
4	木綿豆腐(350g)	24	30	36	39	6.20	18 P	8.96	25 P	6.64	19 P	8.27	23 P	30.07	85 P
5	えのきたけ	14.12	17.65	21.18	22.94	3.65	3.7 kg	5.27	5.3 kg	3.91	3.9 kg	4.86	4.9 kg	17.69	17.8 kg
6	筍ホール(九州産)(1斗缶)	12	15	18	19.5	3.10	3 kg	4.48	4.4 kg	3.32	3.2 kg	4.13	4 kg	15.03	1 缶
	筍ホール(九州産)(1号缶)														2 缶
7	乾燥かつわかめ(しまかぜ)(200g)	0.8	1	1.2	1.3	0.21	0.2 kg	0.30	0.3 kg	0.22	0.2 kg	0.28	0.3 kg	1.00	5 袋
8	国産無添加チキンブイヨン(1kg)	8	10	12	13	2.07	2.1 kg	2.99	3 kg	2.21	2.2 kg	2.76	2.7 kg	10.02	10 袋
9	醤油(淡口)(1.5L)	2	2.5	3	3.25	0.52	0.52	0.75	0.75	0.55	0.55	0.69	0.69	2.51	2.5055
10	清酒	0.8	1	1.2	1.3	0.21	0.21	0.30	0.30	0.22	0.22	0.28	0.28	1.00	1.0022
11	いそしお(五島灘の塩)(1kg)	0.44	0.55	0.66	0.72	0.11	0.11	0.16	0.16	0.12	0.12	0.15	0.15	0.55	0.55227
12	月星印調合胡麻油(1650g)	0.24	0.3	0.36	0.39	0.06	0.06	0.09	0.09	0.07	0.07	0.08	0.08	0.30	0.30066
13	水	104	130	156	169	26.86	26.86	38.82	38.82	28.78	28.78	35.83	35.83	130.29	130.286

《献立指示書・釜割り表》

2022年 5月

25日(水)

行事

長崎市共同調理場

No.	料理・食品名	児低一人	児中一人	児高一人	生徒一人	1の釜	A小・B小	2の釜	C小・D小	3の釜	E小・F小		4の釜	中	合計		
		使用量g	使用量g	使用量g	使用量g	205 人分		291 人分		211 人分				212 人分		919 人分	
	ごはん					0.00		0.00		0.00		0			0.00		
1	長崎にごまる	64	80	96	104	16.53	16.5 kg	23.89	23.9 kg	17.71	17.71 kg	41.61	長崎にごまる	22.05	22.1 kg	80.18	77 kg
	上対馬とんちゃん					0.00		0.00		0.00		0			0.00		0
14	豚うで肉(スライス)	32	40	48	52	8.26	8.3 kg	11.94	11.9 kg	8.86	8.9 kg	20.8	豚うで肉(スライス)	11.02	11 kg	40.09	40.1 kg
15	たまねぎ	17.02	21.28	25.53	27.66	4.40	4.4 kg	6.35	6.4 kg	4.71	4.7 kg	11.1	たまねぎ	5.86	5.9 kg	21.32	21.4 kg
16	にんじん	6.22	7.78	9.33	10.11	1.61	1.6 kg	2.32	2.3 kg	1.72	1.7 kg	4	にんじん	2.14	2.1 kg	7.79	7.7 kg
17	青ピーマン	4.71	5.88	7.06	7.65	1.22	1.2 kg	1.76	1.8 kg	1.30	1.3 kg	3.1	青ピーマン	1.62	1.6 kg	5.90	5.9 kg
18	太白(米みそ)(1kg)	3.6	4.5	5.4	5.85	0.93	0.9 kg	1.34	1.3 kg	1.00	1 kg	2.3	太白(米みそ)(1kg)	1.24	1.2 kg	4.51	5 袋
19	中白糖(1kg)	1.6	2	2.4	2.6	0.41	0.41	0.60	0.60	0.44	0.44	1.04	中白糖(1kg)	0.55	0.55	2.00	2.0044
20	穀物酢(1.8L)	1.2	1.5	1.8	1.95	0.31	0.31	0.45	0.45	0.33	0.33	0.78	穀物酢(1.8L)	0.41	0.41	1.50	1.5033
21	醤油(濃口)(1.5L)	1.2	1.5	1.8	1.95	0.31	0.31	0.45	0.45	0.33	0.33	0.78	醤油(濃口)(1.5L)	0.41	0.41	1.50	1.5033
22	月星印調合胡麻油(1650g)	0.4	0.5	0.6	0.65	0.10	0.10	0.15	0.15	0.11	0.11	0.26	月星印調合胡麻油(1650g)	0.14	0.14	0.50	0.5011
23	おろしにんにく(1kg)	0.24	0.3	0.36	0.39	0.06	0.06 kg	0.09	0.09 kg	0.07	0.07 kg	0.16	おろしにんにく(1kg)	0.08	0.08 kg	0.30	1 本
24	一味唐辛子(18g)	0.01	0.01	0.01	0.01	0.002	0.0020 kg	0.003	0.003 kg	0.002	0.002 kg	0.005	一味唐辛子(18g)	0.002	0.002 kg	0.009	1 本
25	いりごま(白)(1kg)	0.8	1	1.2	1.3	0.21	0.2 kg	0.30	0.3 kg	0.22	0.2 kg	0.5	いりごま(白)(1kg)	0.28	0.3 kg	1.00	1 袋
26	J一番搾りキャノーラ油(1350g)	0.8	1	1.2	1.3	0.21	0.21	0.30	0.30	0.22	0.22	0.52	J一番搾りキャノーラ油(1350g)	0.28	0.28	1.00	1.0022
	オレンジ→ひとり1/6					0.00		0.00		0.00		0			0.00		0
27	オレンジ	56.67	56.67	56.67	56.67	205.00	35 個	291.00	49 個	211.00	36 個	85	オレンジ	212.00	36 個	919.00	156 個

《献立指示書・釜割り表》

2022年 5月

26日(木)

行事:B小 5.6年修学旅行

長崎市共同調理場

No.	料理・食品名	児低一人 使用量g	児中一人 使用量g	児高一人 使用量g	生徒一人 使用量g	1の釜 200 人分	A小・B小	2の釜 290 人分	C小・D小	3の釜 212 人分	E小・F小	4の釜 212 人分	中	合計 914 人分	
	グリーンポタージュ					0.00		0.00		0.00		0.00		0.00	0
3	ベーコン	4	5	6	6.5	1.00	1 kg	1.49	1.5 kg	1.11	1.1 kg	1.38	1.4 kg	4.98	5 kg
4	じゃがいも	31.11	38.89	46.67	50.56	7.80	7.8 kg	11.57	11.6 kg	8.66	8.7 kg	10.72	10.7 kg	38.74	38.8 kg
5	たまねぎ	29.79	37.23	44.68	48.4	7.47	7.5 kg	11.07	11.1 kg	8.29	8.3 kg	10.26	10.3 kg	37.09	37.2 kg
6	冷凍裏ごしグリーンピース	24	30	36	39	6.02	6 kg	8.92	9 kg	6.68	6.7 kg	8.27	8.3 kg	29.89	30 kg
7	グリーンピース(1kg)	8	10	12	13	2.01	2 kg	2.97	3 kg	2.23	2.2 kg	2.76	2.8 kg	9.96	10 kg
8	パセリ	0.71	0.89	1.07	1.16	0.18	0.2 kg	0.26	0.3 kg	0.20	0.2 kg	0.25	0.3 kg	0.89	1 kg
9	ユニソーヤマーガリン(1kg)	2.4	3	3.6	3.9	0.60	0.6 kg	0.89	0.9 kg	0.67	0.7 kg	0.83	0.8 kg	2.99	3 kg
10	薄力小麦粉(1kg)	2.4	3	3.6	3.9	0.60	0.60	0.89	0.89	0.67	0.67	0.83	0.83	2.99	2.9886
11	調理用牛乳(1L)	16	20	24	26	4.01	4 kg	5.95	6 kg	4.45	4.5 kg	5.51	5.5 kg	19.92	20 本
12	水	8	10	12	13	2.01	2.01	2.97	2.97	2.23	2.23	2.76	2.76	9.96	9.962
13	国産無添加チキンブイヨン(1kg)	6.4	8	9.6	10.4	1.60	1.6 kg	2.38	2.4 kg	1.78	1.8 kg	2.20	2.2 kg	7.97	8 袋
14	いそしお(五島灘の塩)(1kg)	0.48	0.6	0.72	0.78	0.12	0.16	0.18	0.24	0.13	0.18	0.17	0.22	0.60	0.797
15	スリーエッチコショウ(300g)	0.02	0.03	0.04	0.04	0.01	0.01	0.01	0.01	0.01	0.01	0.01	0.01	0.03	0.030
16	オーム純生クリーム48%(1L)	1.6	2	2.4	2.6	0.40	0.40 kg	0.59	0.59 kg	0.45	0.45 kg	0.55	0.55 kg	1.99	1.992 本
17	水	56	70	84	91	14.04	14.04	20.82	20.82	15.58	15.58	19.29	19.29	69.73	69.734

《献立指示書・釜割り表》

2022年 5月

26日(木)

行事:B小 5.6年修学旅行

長崎市共同調理場

No.	料理・食品名	児低一人	児中一人	児高一	生徒一人	1の釜	A小・B小	2の釜	C小・D小	3の釜	E小・F小		4の釜	中	合計	
		使用量g	使用量g	使用量g	使用量g	200 人分		290 人分		212 人分				212 人分		914 人分
	鶏肉のハーブ焼き					0.00		0.00		0.00		0	0.00		0.00	0
18	鶏もも肉g指定40g	50	50	50		10.00	200 個	14.50	288 個	10.60	213 個	501	0.00		35.10	701
19	鶏もも肉g指定				60	0.00		0.00		0.00		0	12.72	212 個	12.72	212
20	白ワイン	1	1	1	1.2	0.20	0.20	0.29	0.29	0.21	0.21	0.502	0.25	0.25	0.96	0.9564
21	おろしにんにく(1kg)	0.2	0.2	0.2	0.24	0.04	0.04 kg	0.06	0.06 kg	0.04	0.04 kg	0.1	0.05	0.05 kg	0.19	1 本
22	バジルパウダー(60g)	0.03	0.03	0.03	0.04	0.01	0.01 kg	0.01	0.01 kg	0.01	0.01 kg	0.02	0.01	0.01 kg	0.03	1 袋
23	いそしお(五島灘の塩)(1kg)	0.08	0.08	0.08	0.1	0.02	0.02	0.02	0.02	0.02	0.02	0.0402	0.02	0.02	0.08	0.07736
24	スリーエッチコシヨ(300g)	0.03	0.03	0.03	0.04	0.01	0.01	0.01	0.01	0.01	0.01	0.0151	0.01	0.01	0.03	0.02954
25	オリーブオイル(400g)	1.3	1.3	1.3	1.56	0.26	0.3 kg	0.38	0.4 kg	0.28	0.3 kg	0.7	0.33	0.3 kg	1.24	4 本
	キャベツのレモン漬(人参)					0.00		0.00		0.00		0	0.00		0.00	0
26	キャベツ	32.94	41.18	49.41	53.53	8.26	8.3 kg	12.25	12.3 kg	9.17	9.2 kg	21.5	11.35	11.4 kg	41.02	41.2 kg
27	にんじん	4.44	5.56	6.67	7.22	1.11	1.1 kg	1.65	1.7 kg	1.24	1.2 kg	2.9	1.53	1.5 kg	5.53	5.5 kg
28	ポッカレモン 720ml	1.2	1.5	1.8	1.95	0.30	0.3 kg	0.45	0.4 kg	0.33	0.3 kg	0.7	0.41	0.4 kg	1.49	2 本
29	醤油(淡口)(1.5L)	0.72	0.9	1.08	1.17	0.18	0.18	0.27	0.27	0.20	0.20	0.468	0.25	0.25	0.90	0.89658
30	中白糖(1kg)	0.72	0.9	1.08	1.17	0.18	0.18	0.27	0.27	0.20	0.20	0.468	0.25	0.25	0.90	0.89658

《献立指示書・釜割り表》

2022年 5月

27日(金)

行事:B小 5.6年修学旅行

長崎市共同調理場

No.	料理・食品名	児低一人	児中一人	児高一一人	生徒一人	1の釜	A小・B小	2の釜	C小・D小	3の釜	E小・F小	4の釜	中	合計	
		使用量g	使用量g	使用量g	使用量g	201 人分	使用量g	290 人分	使用量g	213 人分	使用量g	214 人分	使用量g	918 人分	
	具だくさんみそ汁					0.00		0.00		0.00		0.00		0.00	0
3	厚揚げ(220g)	16	20	24	26	4.04	18 P	5.95	27 P	4.48	20 P 厚揚げ (220g)	5.56	25 P	20.02	90 P
4	さつまいも	17.78	22.22	26.67	28.89	4.48	4.5 kg	6.61	6.6 kg	4.97	5 kg さつまいも	6.18	6.2 kg	22.25	22.3 kg
5	だいこん	18.82	23.53	28.24	30.59	4.75	4.8 kg	7.00	7 kg	5.27	5.3 kg だいこん	6.55	6.6 kg	23.56	23.7 kg
6	にんじん	8.89	11.11	13.33	14.44	2.24	2.2 kg	3.30	3.3 kg	2.49	2.5 kg にんじん	3.09	3.1 kg	11.12	11.1 kg
7	板こんにゃく	8	10	12	13	2.02	2 kg	2.97	3 kg	2.24	2.2 kg 板こんにゃく	2.78	2.8 kg	10.01	10 kg
8	たまねぎ	8.51	10.64	12.77	13.83	2.15	2.2 kg	3.16	3.2 kg	2.38	2.4 kg たまねぎ	2.96	3 kg	10.65	10.8 kg
9	根深ねぎ	6.67	8.33	10	10.83	1.68	1.7 kg	2.48	2.5 kg	1.86	1.9 kg 根深ねぎ	2.32	2.3 kg	8.34	8.4 kg
10	麦みそ(1kg)	9.6	12	14.4	15.6	2.42	2.4 kg	3.57	3.6 kg	2.69	2.7 kg 麦みそ (1kg)	3.34	3.3 kg	12.01	12 袋
11	煮干し(出し用)	2.4	3	3.6	3.9	0.61	0.6 kg	0.89	0.9 kg	0.67	0.7 kg 煮干し(出 し用)	0.83	0.8 kg	3.00	3 kg
12	出し昆布	0.16	0.2	0.24	0.26	0.04	0.04 kg	0.06	0.06 kg	0.04	0.04 kg 出し昆布	0.06	0.06 kg	0.20	0.2 kg
13	水	96	120	144	156	24.22	24.22	35.69	35.69	26.86	26.9 水	33.38	33.4	120.14	120.144

《献立指示書・釜割り表》

2022年 5月

27日(金)

行事:B小 5.6年修学旅行

長崎市共同調理場

No.	料理・食品名	児低一人	児中一人	児高一人	生徒一人	1の釜	A小・B小	2の釜	C小・D小	3の釜	E小・F小		4の釜	中	合計		
		使用量g	使用量g	使用量g	使用量g	201 人分		290 人分		213 人分				214 人分		918 人分	
	ごはん					0.00		0.00		0.00		0			0.00		
1	長崎にこまる	64	80	96	110	16.14	16.1 kg	23.79	23.8 kg	17.90	17.9 kg	41.7	長崎にこまる	23.54	23.5 kg	81.38	77 kg
	五目卵焼き					0.00		0.00		0.00		0			0.00		0
14	全卵	47.06	47.06	47.06	61.18	9.46	9.5 kg	13.65	13.7 kg	10.02	10 kg	23.7	全卵	13.09	13.1 kg	46.22	46.3 kg
15	鶏ミンチ	9.6	12	14.4	15.6	2.42	2.4 kg	3.57	3.6 kg	2.69	2.7 kg	6.3	鶏ミンチ	3.34	3.3 kg	12.01	12 kg
16	たまねぎ	15.96	15.96	15.96	20.74	3.21	3.2 kg	4.63	4.6 kg	3.40	3.4 kg	8	たまねぎ	4.44	4.4 kg	15.67	15.6 kg
17	にんじん	5.56	5.56	5.56	7.22	1.12	1.1 kg	1.61	1.6 kg	1.18	1.2 kg	2.8	にんじん	1.55	1.6 kg	5.46	5.5 kg
18	すじなしインゲン(500g)	5	5	5	6.5	1.01	1 kg	1.45	1.5 kg	1.07	1.1 kg	2.6	すじなしインゲン(500g)	1.39	1.4 kg	4.91	5 kg
19	J一番搾りキャノーラ油(1350g)	0.8	1	1.2	1.3	0.20	0.20	0.30	0.30	0.22	0.22	0.5212	J一番搾りキャノーラ油(1350g)	0.28	0.28	1.00	1.0012
20	醤油(淡口)(1.5L)	1	1	1	1.3	0.20	0.20	0.29	0.29	0.21	0.21	0.503	醤油(淡口)(1.5L)	0.28	0.28	0.98	0.9822
21	中白糖(1kg)	1.5	1.5	1.5	1.95	0.30	0.30	0.44	0.44	0.32	0.32	0.7545	中白糖(1kg)	0.42	0.42	1.47	1.4733
22	食塩(1kg)	0.2	0.25	0.3	0.33	0.05	0.05	0.07	0.07	0.06	0.06	0.1303	食塩(1kg)	0.07	0.07	0.25	0.25137
23	水	10	10	10	13	2.01	2.01	2.90	2.90	2.13	2.13	5.03	水	2.78	2.78	9.82	9.822
	【変更】きゅうりのしそ和え					0.00		0.00		0.00		0			0.00		0
	きゅうり	24	30	36	39	6.05	6	8.92	8.9	6.71	6.7	15.6	きゅうり	8.35	8.4	30.04	30
	もみ塩	0.16	0.2	0.24	0.26	0.04	0.04	0.06	0.06	0.04	0.04	0.1	もみ塩	0.06	0.06	0.20	0.2
	しそご飯の素	0.2	0.25	0.3	0.325	0.05	0.05	0.07	0.07	0.06	0.06	0.13	しそご飯の素	0.07	0.07	0.25	0.25

《献立指示書・釜割り表》

2022年 5月

30日(月)

行事:A小・F小 運動会代休

長崎市共同調理場

No.	料理・食品名	児低一人 使用量g	児中一人 使用量g	児高一人 使用量g	生徒一人 使用量g	1の釜 14 人分	A小・B小 使用量g	2の釜 291 人分	C小・D小 使用量g	3の釜 82 人分	E小・F小 使用量g	4の釜 213 人分	中	合計 600 人分	
	肉じゃが					0.00		0.00		0.00		0.00		0.00	0
3	豚肉(並)スライス→豚うで肉	16	20	24	26	0.32	0.3 kg	5.97	6 kg	1.74	1.7 kg	5.54	5.5 kg	13.57	13.5 kg
4	じゃがいも	80	100	120	130	1.60	1.6 kg	29.86	29.9 kg	8.68	8.7 kg	27.69	27.7 kg	67.83	67.9 kg
5	にんじん	13.33	16.67	20	21.67	0.27	0.3 kg	4.98	5 kg	1.45	1.5 kg	4.62	4.6 kg	11.31	11.4 kg
6	たまねぎ	25.53	31.91	38.3	41.49	0.51	0.5 kg	9.53	9.5 kg	2.77	2.8 kg	8.84	8.8 kg	21.65	21.6 kg
7	つきこんにやく	16	20	24	26	0.32	0.3 kg	5.97	6 kg	1.74	1.7 kg	5.54	5.5 kg	13.57	13.5 kg
8	すじなシインゲン(500g)	6.4	8	9.6	10.4	0.13	0.1 kg	2.39	2.4 kg	0.69	0.7 kg	2.22	2.2 kg	5.43	5.5 kg
9	J一番搾りキャノーラ油(1350g)	0.8	1	1.2	1.3	0.02	0.02	0.30	0.30	0.09	0.09	0.28	0.28	0.68	0.6783
10	中白糖(1kg)	2.4	3	3.6	3.9	0.05	0.05	0.90	0.90	0.26	0.26	0.83	0.83	2.03	2.0349
11	醤油(濃口)(1.5L)	3.36	4.2	5.04	5.46	0.07	0.07	1.25	1.25	0.36	0.36	1.16	1.16	2.85	2.84886
12	醤油(淡口)(1.5L)	1.76	2.2	2.64	2.86	0.04	0.04	0.66	0.66	0.19	0.19	0.61	0.61	1.49	1.49226
13	本みりん	0.8	1	1.2	1.3	0.02	0.02	0.30	0.30	0.09	0.09	0.28	0.28	0.68	0.6783
14	清酒	0.64	0.8	0.96	1.04	0.01	0.01	0.24	0.24	0.07	0.07	0.22	0.22	0.54	0.54264
15	いそしお(五島灘の塩)(1kg)	0.08	0.1	0.12	0.13	0.002	0.002	0.030	0.030	0.009	0.009	0.028	0.028	0.068	0.06783
16	出し昆布	0.24	0.3	0.36	0.39	0.00	0.005	0.09	0.09	0.03	0.03	0.08	0.08	0.20	0.2048 kg
17	水	32	40	48	52	0.64	0.64	11.94	11.94	3.47	3.47	11.08	11.08	27.13	27.132

《献立指示書・釜割り表》

2022年 5月

30日(月)

行事:A小・F小 運動会代休

長崎市共同調理場

No.	料理・食品名	児低一人	児中一人	児高一人	生徒一人	1の釜	A小・B小	2の釜	C小・D小	3の釜	E小・F小		4の釜	中	合計		
		使用量g	使用量g	使用量g	使用量g	14 人分		291 人分		82 人分			213 人分	600 人分			
	ごはん					0.00		0.00		0.00		0	0.00		0.00		
1	長崎にこまる	64	80	96	104	1.28	1.3 kg	23.89	23.9 kg	6.94	6.9 kg	30.8	長崎にこまる	22.15	22.2 kg	54.26	52 kg
	きびなごと野菜の南蛮漬					0.00		0.00		0.00		0	0.00		0.00		0
18	キビナゴ(100尾入)1尾6g~8g	24	30	36	39	0.48	0.5 kg	8.96	9 kg	2.60	2.6 kg	11.6	キビナゴ (100尾入)1 尾6g~8g	8.31	9.3 kg	20.35	31 袋
19	でん粉(1kg)	1.2	1.5	1.8	1.95	0.02	0.02	0.45	0.45	0.13	0.13	0.58	でん粉(1kg)	0.42	0.42	1.02	1.02
20	上新粉(1kg)	1.2	1.5	1.8	1.95	0.02	0.1 kg	0.45	0.5 kg	0.13	0.1 kg	0.6	上新粉(1kg)	0.42	0.4 kg	1.02	1.1 kg
21	白絞油(16.5kg)	2.64	3.3	3.96	4.29	0.05		0.99		0.29		0	白絞油(16.5 kg)	0.91		2.24	3 缶
22	たまねぎ	21.3	26.6	31.91	34.57	0.43	0.4 kg	7.94	7.9 kg	2.31	2.3 kg	10.2	たまねぎ	7.36	7.4 kg	18.04	18 kg
23	にんじん	8.89	11.11	13.33	14.44	0.18	0.2 kg	3.32	3.3 kg	0.96	1 kg	4.3	にんじん	3.08	3.1 kg	7.54	7.6 kg
24	青ピーマン	4.71	5.88	7.06	7.65	0.09	0.1 kg	1.76	1.8 kg	0.51	0.5 kg	2.3	青ピーマン	1.63	1.6 kg	3.99	4 kg
25	J一番搾りキャノーラ油(1350g)	0.8	1	1.2	1.3	0.02	0.02	0.30	0.30	0.09	0.09	0.3854	J一番搾りキャ ノーラ油(1350 g)	0.28	0.28	0.68	0.68
26	中白糖(1kg)	0.96	1.2	1.44	1.56	0.02	0.02	0.36	0.36	0.10	0.10	0.4625	中白糖(1kg)	0.33	0.33	0.81	0.81
27	醤油(淡口)(1.5L)	1.2	1.5	1.8	1.95	0.02	0.02	0.45	0.45	0.13	0.13	0.5781	醤油(淡口) (1.5L)	0.42	0.42	1.02	1.02
28	穀物酢(1.8L)	3.04	3.8	4.56	4.94	0.06	0.06	1.13	1.13	0.33	0.33	1.4645	穀物酢 (1.8L)	1.05	1.05	2.58	2.58
29	いそしお(五島灘の塩)(1kg)	0.05	0.06	0.07	0.08	0.001	0.001	0.018	0.018	0.005	0.005	0.023	いそしお(五 島灘の塩) (1kg)	0.017	0.017	0.041	0.04
30	スリーエッチコシヨー(300g)	0.01	0.01	0.01	0.01	0.000	0.000	0.003	0.003	0.001	0.001	0.0037	スリーエッチ コシヨー (300g)	0.002	0.002	0.006	0.006
31	水	2	2.5	3	3.25	0.04	0.04	0.75	0.75	0.22	0.22	0.9635	水	0.69	0.69	1.70	1.70

《献立指示書・釜割り表》

2022年 5月

31日(火)

行事:F小 運動会予備日

長崎市共同調理場

No.	料理・食品名	児低一人 使用量g	児中一人 使用量g	児高一人 使用量g	生徒一人 使用量g	1の釜 206 人分	A小・B小	2の釜 290 人分	C小・D小	3の釜 82 人分	E小・F小	4の釜 214 人分	中	合計 792 人分	
	カレーうどん					0.00		0.00		0.00		0.00		0.00	0
3	学給うどん(県産小麦使用)	48	60	72	78	12.47	50 個	17.84	71 個	5.21	21 個	16.69	67 個	52.21	209 個
4	豚うで肉(スライス)	12	15	18	19.5	3.12	3.1 kg	4.46	4.5 kg	1.30	1.3 kg	4.17	4.2 kg	13.05	13.1 kg
5	冷凍ちくわ(21g)	5.6	7	8.4	9.1	1.45	69 個	2.08	99 個	0.61	29 個	1.95	93 個	6.09	290 個
6	たまねぎ	25.53	31.91	38.3	41.49	6.63	6.6 kg	9.49	9.5 kg	2.77	2.8 kg	8.88	8.9 kg	27.77	27.8 kg
7	にんじん	8.89	11.11	13.33	14.44	2.31	2.3 kg	3.30	3.3 kg	0.96	1 kg	3.09	3.1 kg	9.67	9.7 kg
8	根深ねぎ	13.33	16.67	20	21.67	3.46	3.5 kg	4.96	5 kg	1.45	1.5 kg	4.64	4.6 kg	14.50	14.6 kg
9	グルめきカレーフレーク(ハチ)(1kg)	5.44	6.8	8.16	8.84	1.41	1.4 kg	2.02	2 kg	0.59	0.6 kg	1.89	1.9 kg	5.92	6 袋
10	醤油(淡口)(1.5L)	1.6	2	2.4	2.6	0.42	0.42	0.59	0.59	0.17	0.17	0.56	0.56	1.74	1.7404
11	カレーパウダー(200g)	0.24	0.3	0.36	0.39	0.06	0.06 kg	0.09	0.09 kg	0.03	0.03 kg	0.08	0.08 kg	0.26	2 袋
12	J一番搾りキャノーラ油(1350g)	0.64	0.8	0.96	1.04	0.17	0.17	0.24	0.24	0.07	0.07	0.22	0.22	0.70	0.69616
13	煮干し(出し用)	3.2	4	4.8	5.2	0.83	0.8 kg	1.19	1.2 kg	0.35	0.4 kg	1.11	1.1 kg	3.48	3.5 kg
14	水	112	140	168	182	29.09	29.09	41.64	41.64	12.15	12.15	38.95	38.95	121.83	121.828

《献立指示書・釜割り表》

2022年 5月

31日(火)

行事:F小 運動会予備日

長崎市共同調理場

No.	料理・食品名	児低一人	児中一人	児高一人	生徒一人	1の釜	A小・B小	2の釜	C小・D小	3の釜	E小・F小		4の釜	中	合計	
		使用量g	使用量g	使用量g	使用量g	206 人分		290 人分		82 人分				214 人分		792 人分
	鶏肉とカシューナッツの炒め物(揚げない)					0.00		0.00		0.00		0	0.00		0.00	0
15	鶏もも肉スライス	24	30	36	39	6.23	6.2 kg	8.92	8.9 kg	2.60	2.6 kg	11.5	8.35	8.4 kg	26.11	26.1 kg
16	本生おろし生姜(280g)	0.4	0.5	0.6	0.65	0.10	0.1 kg	0.15	0.2 kg	0.04	0.1 kg	0.3	0.14	0.1 kg	0.44	2本
17	醤油(濃口)(1.5L)	1.6	2	2.4	2.6	0.42	0.42	0.59	0.59	0.17	0.17	0.7684	0.56	0.56	1.74	1.7404
18	たまねぎ	21.28	26.6	31.91	34.57	5.53	5.5 kg	7.91	7.9 kg	2.31	2.3 kg	10.2	7.40	7.4 kg	23.14	23.1 kg
19	にんじん	8.89	11.11	13.33	14.44	2.31	2.3 kg	3.30	3.3 kg	0.96	1 kg	4.3	3.09	3.1 kg	9.67	9.7 kg
20	青ピーマン	6.59	8.24	9.88	10.71	1.71	1.7 kg	2.45	2.5 kg	0.71	0.7 kg	3.2	2.29	2.3 kg	7.17	7.2 kg
21	ローストカシューナッツ(500g)	8	10	12	13	2.08	2.1 kg	2.97	3 kg	0.87	0.9 kg	3.9	2.78	2.8 kg	8.70	18袋
22	中白糖(1kg)	0.8	1	1.2	1.3	0.21	0.21	0.30	0.30	0.09	0.09	0.38	0.28	0.28	0.87	0.87
23	醤油(濃口)(1.5L)	1.6	2	2.4	2.6	0.42	0.42	0.59	0.59	0.17	0.17	0.77	0.56	0.56	1.74	1.74
24	水	2.4	3	3.6	3.9	0.62	0.62	0.89	0.89	0.26	0.26	1.15	0.83	0.83	2.61	2.61
25	J一番搾りキャノーラ油(1350g)	0.96	1.2	1.44	1.56	0.25	0.25	0.36	0.36	0.10	0.10	0.46	0.33	0.33	1.04	1.04