

## 献立表 4月13日(月)

献立	食品名	使用量	備考
鶏肉のから揚げ	鶏肉	78 g	
	土しょうが	0.65 g	
	酒・しょうゆ	2・4 g	
	でんぷん	9.1 g	
	揚げ油	6.5 g	
もやしナムル	根なしもやし	52 g	
	白いりごま	0.65 g	
	ごま油	0.39 g	
	さとう	0.65 g	
	しょうゆ	1.95 g	
中華スープ	豚肉	9.1 g	
	チンゲン菜	26 g	
	たまねぎ	26 g	
	にんじん	6.5 g	
	干しいたけ	0.65 g	乾燥
	中華スープの素	1.95 g	
	しょうゆ	0.65 g	
	塩・こしょう	少々	
	水	169~195 ml	
ご飯	精白米	110 g	

※牛乳の提供はありません。