

24154

豆乳チャウダー／デリスープ

料理原価 125.54円

成分値	基準値	実際値	成分値	基準値	実際値
エネルギー(kcal)	0	260	レチノール当量(μg)	0	129
たんぱく質(g)	0.0	14.4	ビタミンB1(mg)	0.00	0.11
脂質(g)	0.0	8.8	ビタミンB2(mg)	0.00	0.11
炭水化物(g)	0.0	33.4	ビタミンC(mg)	0	31
カルシウム(mg)	0	127	食物繊維総量(g)	0.0	6.7
鉄(mg)	0.0	12.5	食塩相当量(g)	0.0	3.6



半製品/食品・食品規格		使用量(g)	原価(円)	仕込指示
22	○じゃがいも LM	50	17.22	角切り
43	○人参	15	2.94	角切り
5813	○むき玉ねぎ／約1kg	20	5.4	角切り
28472	◎SBIポイルむきあさり／1kg	30	38.7	
99999	○水	300		
1156	○★クリームシチュー(顆粒状)／1kg	28	21.56	
23483	○★調整豆乳／1L(1020g)	100	28	
17639	○★ブロッコリー／500g(中国産)	25	11	
28176	○★パセリ(チップ)／50g	0.1	0.72	

下処理	調理指示	盛付指示
<p>※あさはりは冷蔵庫で解凍する。</p> <p>1.じゃがいも・人参は沸騰湯で茹で、水で冷やし、水気を切る。</p> <p>2.あさはりは沸騰湯で茹で、水で冷やし、水気を切る。(あさはりは85℃90秒以上を確認)</p> <p>3.ブロッコリーは凍ったまま沸騰湯で茹で、水で冷やし、水気を切り、軽くしぼる。</p>	<p>4.鍋に分量の水を温め、玉ねぎ・1のじゃが芋・人参・2のあさを加え煮る。一度火を止めて、シチューの素を煮汁で溶かし、加えて煮込み、最後に豆乳を加え混ぜ合わせる。</p>	<p>5.器に4のシチューを盛り付け、3のブロッコリーを飾り、パセリ粉をふる。</p>

24155

豚肉と白菜の塩麴スープ/デリスープ

料理原価 134.37円

成分値	基準値	実際値	成分値	基準値	実際値
エネルギー(kcal)	0	254	レチノール当量(μg)	0	152
たんぱく質(g)	0.0	14.4	ビタミンB1(mg)	0.00	0.49
脂質(g)	0.0	11.1	ビタミンB2(mg)	0.00	0.19
炭水化物(g)	0.0	26.5	ビタミンC(mg)	0	32
カルシウム(mg)	0	43	食物繊維総量(g)	0.0	7.1
鉄(mg)	0.0	0.8	食塩相当量(g)	0.0	4.7



半製品/食品・食品規格		使用量(g)	原価(円)	仕込指示
24584	○★豚小間/500g	60	60	
22	○じゃがいも LM	60	20.67	乱切り
43	○人参	20	3.92	半月スライス
5813	○むき玉ねぎ/約1kg	25	6.75	くし切り
46	○白菜	60	15.96	ザク切り
20531	○★キャノーラ油/16.5kg	2	0.84	炒め油
99999	A ○水	400		
25746	A ○★生塩糀/200g	22	22.66	
27912	A ○★鰹だし/1kg	3.2	3.07	
991	A ○★食塩(特製いそしお)/1kg	1	0.13	
1195	A ○■ホワイトペッパー/210g	0.1	0.37	
下処理		調理指示		盛付指示
※豚肉・ウィンナーは冷蔵庫で解凍する。 1.じゃがいも・人参は沸騰湯で茹で、水で冷やし、水気を切る。		2.豚肉は沸騰湯で湯がき、ぬるま湯でアクを洗い流し、水気を切る。 3.鍋に油を熱し、玉ねぎを炒め、ウィンナー・Aを加え煮る。更に白菜・1のじゃがいも・人参を加え煮る。		4.器に3のスープを盛り付ける。

24156

ミートボールのトマトスープ/デリフ

料理原価 118.79円

成分値	基準値	実際値	成分値	基準値	実際値
エネルギー(kcal)	0	280	レチノール当量(μg)	0	178
たんぱく質(g)	0.0	10.9	ビタミンB1(mg)	0.00	0.22
脂質(g)	0.0	9.3	ビタミンB2(mg)	0.00	0.11
炭水化物(g)	0.0	39.2	ビタミンC(mg)	0	24
カルシウム(mg)	0	57	食物繊維総量(g)	0.0	5.1
鉄(mg)	0.0	1.4	食塩相当量(g)	0.0	3.4



半製品/食品・食品規格		使用量(g)	原価(円)	仕込指示
26785	◎SBI徳用ミートボール15(タレなし)/1kg	60	33.6	4ヶ
24342	○★ジャガイモ(乱切り)/500g	60	20.4	
5813	○むき玉ねぎ/約1kg	60	16.2	角切り
43	○人参	20	3.92	半月切り
20531	○★キャノーラ油/16.5kg	1	0.42	炒め油
99999	A ○水	160		スープ用
27527	A ○★KSパスタソース(トマト)/1kg	60	26.4	スープ用
24243	A ○★クノールチキンコンソメ/1kg	5	7.8	スープ用
18800	B ○★トマトケチャップ/1kg チューブ	5	1.8	スープ用
991	B ○★食塩(特製いそしお)/1kg	0.3	0.04	スープ用
1195	B ○■ホワイトペッパー/210g	0.1	0.37	スープ用
24446	○★シュガースナップピースIQF/500g	15	7.2	
23711	○パルメザンチーズ/1kg(九州のみ500g)	0.3	0.64	

下処理	調理指示	盛付指示
1.スナップエンドウは凍ったまま沸騰湯で茹で、水で冷やし、水気を切り、軽くしぼる	2.鍋に油を熱し、玉ねぎ・人参を炒め、A・凍ったままのミートボール・ジャガイモを加えて、煮る。仕上げにBで味をととのえる。	3.器に2の具材を盛り付け、2のスープをかけ、1のスナップエンドウを飾り、粉チーズをふる。

24157

鶏肉のトマトクリームスープ/デリーフ

料理原価 152.42円

成分値	基準値	実際値	成分値	基準値	実際値
エネルギー(kcal)	0	405	レチノール当量(μg)	0	68
たんぱく質(g)	0.0	18.3	ビタミンB1(mg)	0.00	0.19
脂質(g)	0.0	20.2	ビタミンB2(mg)	0.00	0.30
炭水化物(g)	0.0	40.1	ビタミンC(mg)	0	32
カルシウム(mg)	0	85	食物繊維総量(g)	0.0	7.2
鉄(mg)	0.0	1.1	食塩相当量(g)	0.0	4.4



半製品/食品・食品規格		使用量(g)	原価(円)	仕込指示
24527	○★鶏モモ角切り(15 - 20g) / 2kg	70	58.8	
991	○★食塩 (特製いそしお) / 1kg	0.3	0.04	鶏肉下味用
1195	○■ホワイトペッパー / 210g	0.02	0.07	鶏肉下味用
5813	○むき玉ねぎ / 約1kg	20	5.4	スライス
22	○じゃがいも LM	60	20.67	乱切り
29386	○◎SBIやわらかぶなしめじ(冷凍) / 500g	10	10	
20531	○★キャノーラ油 / 16.5kg	2	0.84	炒め油
99999	○水	280		
41132	A ○★ダイストマト (イタリア産) / 2.5kg	30	7.8	
41402	A ○★洋食屋のケチャップ / 770g	10	5.7	
1156	A ○★クリームシチュー (顆粒状) / 1kg	34	26.18	
29330	A ○■牛乳	40	9.6	
17639	○★ブロッコリー / 500g (中国産)	15	6.6	
28176	○★パセリ(チップ) / 50g	0.1	0.72	

下処理	調理指示	盛付指示
<p>※鶏肉は冷蔵庫で解凍する。</p> <p>1. 鶏肉に塩・コショウで下味をつける。</p> <p>2. じゃがいもは沸騰湯で茹で、湯切りする。</p> <p>3. ブロッコリーは凍ったまま沸騰湯で茹で、水で冷やし、水気を切り、軽くしぼる。</p> <p>4. Aを混ぜ合わせる。</p>	<p>5. 天板にクッキングシートをしき、1の鶏肉を並べ、オーブンで焼く。</p> <p>6. 鍋に油を温め、玉ねぎ・凍ったままのしめじを炒める。更に2のじゃがいもを加え、油を絡ませ、分量の水を加え煮る。野菜に火が通ったら、5の鶏肉・4を入れ混ぜながら煮込む。</p>	<p>7. 器に6のスープを盛り付け、3のブロッコリーを飾り、パセリ粉をふる。</p>

24158

ミネストローネ/デリスープ

料理原価 161.54円

成分値	基準値	実際値	成分値	基準値	実際値
エネルギー(kcal)	0	282	レチノール当量(μg)	0	188
たんぱく質(g)	0.0	10.0	ビタミンB1(mg)	0.00	0.15
脂質(g)	0.0	12.9	ビタミンB2(mg)	0.00	0.10
炭水化物(g)	0.0	33.6	ビタミンC(mg)	0	36
カルシウム(mg)	0	52	食物繊維総量(g)	0.0	6.7
鉄(mg)	0.0	0.9	食塩相当量(g)	0.0	6.2



半製品/食品・食品規格		使用量(g)	原価(円)	仕込指示
24854	○★ポークソーセージ(ウインナー)IQF/1kg	22	24.64	1cmカット
5813	○むき玉ねぎ/約1kg	40	10.8	角切り
22	○じゃがいも LM	40	13.78	1.5cm角切り
43	○人参	20	3.92	1cm角切り
40	○なす	20	19.11	1cm角切り
16236	○キャベツ	30	7.06	角切り
27535	○★豚バラベーコンスライス/500g	15	22.65	1cmカット
20531	○★キャノーラ油/16.5kg	1	0.42	炒め油
99999	○水	320		
41132	A ○★ダイストマト(イタリア産)/2.5kg	80	20.8	
27206	A ○■上白糖	2	0.44	
41402	A ○★洋食屋のケチャップ/770g	20	11.4	
24243	A ○★クノールチキンコンソメ/1kg	14	21.84	
1293	○★パルメザンチーズ/80g	0.7	4.68	

下処理	調理指示	盛付指示
<p>※ウインナー・ベーコンは冷蔵庫で解凍する。</p> <p>1.じゃがいも・人参は沸騰湯で茹で、湯きりする。</p> <p>2.Aを混ぜ合わせる。</p>	<p>3.鍋に油を熱し、ウインナー・ベーコン・玉ねぎを炒める。更に3のじゃがいも・人参・なすを加え、油を絡ませ、分量の水を加え煮る。野菜に火が通ったら、キャベツ・2を入れ、混ぜながら煮込む。</p>	<p>4.器に3のスープを盛り付け、パルメザンチーズをふる。</p>

24159

ロールキャベツスープ/デリスープ

料理原価 142.39円

成分値	基準値	実際値	成分値	基準値	実際値
エネルギー(kcal)	0	177	レチノール当量(μg)	0	171
たんぱく質(g)	0.0	10.9	ビタミンB1(mg)	0.00	0.19
脂質(g)	0.0	5.7	ビタミンB2(mg)	0.00	0.14
炭水化物(g)	0.0	23.4	ビタミンC(mg)	0	39
カルシウム(mg)	0	48	食物繊維総量(g)	0.0	6.0
鉄(mg)	0.0	0.8	食塩相当量(g)	0.0	6.7



半製品/食品・食品規格		使用量(g)	原価(円)	仕込指示
24551	○★ロールキャベツ40g/10枚	80	62.4	2枚
5813	○むき玉ねぎ/約1kg	30	8.1	くし切り
43	○人参	20	3.92	乱切り
22	○じゃがいも LM	30	10.33	乱切り
27532	○★IQFベーコン短冊/500g	15	22.35	
99999	A ○水	400		
24243	A ○★クノールチキンコンソメ/1kg	16	24.96	
1195	A ○■ホワイトペッパー/210g	0.2	0.73	
991	A ○★食塩(特製いそしお)/1kg	0.6	0.08	
17639	○★ブロッコリー/500g(中国産)	20	8.8	
28176	○★パセリ(チップ)/50g	0.1	0.72	

下処理	調理指示	盛付指示
<p>※ロールキャベツ・ベーコンは冷蔵庫で解凍する。</p> <p>1.ブロッコリーは凍ったまま沸騰湯で茹で、水で冷やし、軽く水気をしぼる。</p> <p>2.人参は沸騰湯で茹で、水で冷やし、水気を切る。</p>	<p>3.鍋にAを入れ温め、ロールキャベツ・玉ねぎ・ベーコン・2の人参を加え、アクを取りながら煮込む。</p>	<p>4.器の奥に3のスープを盛り、1のブロッコリーを添え、パセリ粉ふる。</p>

24160

ポトフ/デリス°

料理原価 134.94円

成分値	基準値	実際値	成分値	基準値	実際値
エネルギー(kcal)	0	274	レチノール当量(μg)	0	182
たんぱく質(g)	0.0	15.9	ビタミンB1(mg)	0.00	0.16
脂質(g)	0.0	16.8	ビタミンB2(mg)	0.00	0.14
炭水化物(g)	0.0	20.0	ビタミンC(mg)	0	37
カルシウム(mg)	0	23	食物繊維総量(g)	0.0	8.9
鉄(mg)	0.0	1.0	食塩相当量(g)	0.0	2.1



半製品/食品・食品規格		使用量(g)	原価(円)	仕込指示
24596	○★鶏モモ唐揚げ用(28-32g)/1kg	60	61.2	2ヶ
991	○★食塩(特製いそしお)/1kg	0.2	0.03	
1195	○■ホワイトペッパー/210g	0.01	0.04	
20531	○★キャノーラ油/16.5kg	2	0.84	
5813	○むぎ玉ねぎ/約1kg	20	5.4	くし切り
22	○じゃがいも LM	80	27.56	乱切り 大きめ
43	○人参	20	3.92	輪切り
24854	○★ソーセージ(ウインナー)IQF/1kg	22	24.64	1本 斜め切り
99999	○水	180		
24243	○★クノールチキンコンソメ/1kg	1.5	2.34	
991	○★食塩(特製いそしお)/1kg	0.8	0.1	
1195	○■ホワイトペッパー/210g	0.02	0.07	
17639	○★ブロッコリー/500g(中国産)	20	8.8	

下処理	調理指示	盛付指示
※鶏肉は冷蔵庫で解凍する。 1.鶏肉に塩・コショウで下味をつける。 2.じゃが芋・人参は水から茹で、下茹でする湯切りする。 3.ブロッコリーは凍ったまま沸騰湯で茹で、水で冷やし、水気を切り、軽く絞る。	4.鍋に油を熱し、1の鶏肉を炒め、分量の水・コンソメを加えて煮る。 更に玉葱・2のじゃが芋・人参を加えて煮て、塩・コショウで味をととのえる。	5.器に4のポトフを盛りつけ、3のブロッコリーを添える。

24161

チキンのカレークリームシチュー/デリスーフ

料理原価 151.05円

成分値	基準値	実際値	成分値	基準値	実際値
エネルギー(kcal)	0	408	レチノール当量(μg)	0	201
たんぱく質(g)	0.0	18.4	ビタミンB1(mg)	0.00	0.20
脂質(g)	0.0	19.7	ビタミンB2(mg)	0.00	0.31
炭水化物(g)	0.0	42.9	ビタミンC(mg)	0	36
カルシウム(mg)	0	116	食物繊維総量(g)	0.0	9.6
鉄(mg)	0.0	1.4	食塩相当量(g)	0.0	4.5



半製品/食品・食品規格		使用量(g)	原価(円)	仕込指示
24527	○★鶏もも角切り(15 - 20g)/2kg	70	58.8	
991	○★食塩(特製いそしお)/1kg	0.3	0.04	鶏肉下味用
1195	○■ホワイトペッパー/210g	0.02	0.07	鶏肉下味用
5813	○むき玉ねぎ/約1kg	50	13.5	くし切り
20531	○★キャノーラ油/16.5kg	2	0.84	炒め油
43	○人参	20	3.92	乱切り
22	○じゃがいも LM	80	27.56	乱切り
99999	○水	300		
24243	○★クノールチキンコンソメ/1kg	1	1.56	
1156	○★クリームシチュー(顆粒状)/1kg	30	23.1	
2274	○★カレー粉/400g	0.7	2.09	
29330	○■牛乳	60	14.4	
991	○★食塩(特製いそしお)/1kg	0.4	0.05	
17639	○★ブロッコリー/500g(中国産)	10	4.4	1ヶ
28176	○★パセリ(チップ)/50g	0.1	0.72	

下処理	調理指示	盛付指示
<p>※鶏肉は冷蔵庫で解凍する。 ※オーブンは温めておく。</p> <p>1.鶏肉は塩・コショウで下味をつける。 2.じゃがいも・人参は沸騰湯で茹で、湯切りする。 3.ブロッコリーは凍ったまま沸騰湯で茹で、水で冷やし水気を切り、軽く絞る。 4.シチューの素とカレー粉を混ぜ合わせる。</p>	<p>5.天板にクッキングシートをしき、1の鶏肉を並べ、オーブンで焼く。</p> <p>6.鍋に油を熱し、玉ねぎを炒める。1のじゃがいも・人参も加えて油を絡ませ、分量の水・コンソメを加えて煮る。途野菜に火が通ったら、5の鶏肉・4のシチューの素を加え十分に溶かす。更に牛乳を加え混ぜながら煮込み、塩で味を整える。</p> <p>※ルーの固さをみて水の分量は調整して下さい。 ※シチューの素・カレー粉は煮汁で溶いてから入れるとダマになりにくいです。</p>	<p>7.器に6のシチューを盛りつけ、3のブロッコリーを飾り、パセリ粉をふる。</p>

24162

チキンクリームシチュー／デ リーフ

料理原価 157.63円

成分値	基準値	実際値	成分値	基準値	実際値
エネルギー(kcal)	0	441	レチノール当量(μ g)	0	213
たんぱく質(g)	0.0	19.6	ビタミンB1(mg)	0.00	0.22
脂質(g)	0.0	21.5	ビタミンB2(mg)	0.00	0.36
炭水化物(g)	0.0	46.1	ビタミンC(mg)	0	36
カルシウム(mg)	0	148	食物繊維総量(g)	0.0	9.3
鉄(mg)	0.0	1.2	食塩相当量(g)	0.0	4.2



半製品/食品・食品規格		使用量(g)	原価(円)	仕込指示
24527	○★鶏もも角切り(15 - 20g) / 2kg	70	58.8	
991	○★食塩(特製いそしお) / 1kg	0.3	0.04	鶏肉下味用
1195	○■ホワイトペッパー / 210g	0.02	0.07	鶏肉下味用
5813	○むき玉ねぎ / 約1kg	50	13.5	角切り
20531	○★キャノーラ油 / 16.5kg	2	0.84	炒め油
22	○じゃがいも LM	80	27.56	
43	○人参	20	3.92	乱切り
9999	○水	280		
1156	○★クリームシチュー(顆粒状) / 1kg	34	26.18	
29330	○■牛乳	90	21.6	
17639	○★ブロッコリー / 500g(中国産)	10	4.4	
28176	○★パセリ(チップ) / 50g	0.1	0.72	

下処理	調理指示	盛付指示
<p>※鶏肉は冷蔵庫で解凍する。 ※オーブンは温めておく。</p> <p>1.鶏肉に塩・コショウで下味をつける。 2.じゃがいも・人参は沸騰湯で茹で、湯切りする。 3.ブロッコリーは凍ったまま沸騰湯で茹で、水で冷やし、水気を切り、軽くしぼる。</p>	<p>4.天板にクッキングシートをしき、1の鶏肉を並べ、オーブンで焼く。 5.鍋に油を熱し、玉ねぎを炒める。更に3のじゃがいも・人参を加え、油を絡ませ、分量の水を加え煮る。野菜に火が通ったら、5の鶏肉・シチューの素を加え十分に溶かす。更に牛乳を加え混ぜながら煮込む。</p> <p>※ルーの固さをみて水の分量は調整して下さい。 ※シチューの素は、別に溶かして加えるとダマになります。</p>	<p>6.器に5のスープを盛り付け、3のブロッコリーを飾り、パセリ粉をふる。</p>

24163

チキンポパイ豆乳クリームスープ/デリスフ

料理原価 161.11円

成分値	基準値	実際値	成分値	基準値	実際値
エネルギー(kcal)	0	428	レチノール当量(μ g)	0	219
たんぱく質(g)	0.0	19.8	ビタミンB1(mg)	0.00	0.19
脂質(g)	0.0	20.7	ビタミンB2(mg)	0.00	0.21
炭水化物(g)	0.0	43.4	ビタミンC(mg)	0	32
カルシウム(mg)	0	102	食物繊維総量(g)	0.0	9.3
鉄(mg)	0.0	1.6	食塩相当量(g)	0.0	4.3



半製品/食品・食品規格		使用量(g)	原価(円)	仕込指示
24527	○★鶏もも角切り(15 - 20g)/2kg	70	58.8	
991	○★食塩(特製いそしお)/1kg	0.3	0.04	鶏肉下味用
1195	○■ホワイトペッパー/210g	0.02	0.07	鶏肉下味用
5813	○むき玉ねぎ/約1kg	50	13.5	くし切り
20531	○★キャノーラ油/16.5kg	2	0.84	炒め油
22	○じゃがいも LM	80	27.56	
43	○人参	20	3.92	乱切り
9999	○水	280		
1156	○★クリームシチュー(顆粒状)/1kg	34	26.18	
23453	○★調整豆乳/1L(1020g)	90	25.2	
29009	○◎SBIほうれん草IQF 3cmカット/500g	10	5	

下処理	調理指示	盛付指示
<p>※鶏肉は冷蔵庫で解凍する。 ※オープンは温めておく。</p> <p>1.鶏肉に塩・コショウで下味をつける。 2.じゃがいも・人参は沸騰湯で茹で、湯切りする。 3.ほうれん草は凍ったまま沸騰湯で茹で、水で冷やし、水気を切り、軽くしぼる。</p>	<p>4.天板にクッキングシートをしき、1の鶏肉を並べ、オープンで焼く。 5.鍋に油を熱し、玉ねぎを炒める。更に2のじゃがいも・人参を加え、油を絡ませ、分量の水を加え煮る。野菜に火が通ったら、5の鶏肉・シチューの素を加え十分に溶かす。更に豆乳を加え混ぜながら煮込む。</p> <p>※ルーの固さをみて水の分量は調整して下さい。 ※シチューの素は、別に溶かして加えるとダマになります。</p>	<p>6.器に6のスープを盛り付け、4のほうれん草を飾る。</p>

24164

ビーフシチュー／デリスープ

料理原価 143.17円

成分値	基準値	実際値	成分値	基準値	実際値
エネルギー(kcal)	0	285	レチノール当量(μg)	0	170
たんぱく質(g)	0.0	9.9	ビタミンB1(mg)	0.00	0.11
脂質(g)	0.0	19.8	ビタミンB2(mg)	0.00	0.10
炭水化物(g)	0.0	21.7	ビタミンC(mg)	0	22
カルシウム(mg)	0	24	食物繊維総量(g)	0.0	5.5
鉄(mg)	0.0	1.4	食塩相当量(g)	0.0	2.4



半製品/食品・食品規格		使用量(g)	原価(円)	仕込指示
28535	◎◎SBI徳用牛小間／500g	50	80	
5813	○むき玉ねぎ／約1kg	30	8.1	スライス
24412	○★マッシュルーム／2号缶(固形量454g)	5	4.7	
43	○人参	20	3.92	乱切り
22	○じゃがいも LM	40	13.78	乱切り
27207	○★コーンS(有塩マーガリン)／300g	3	2.25	炒め油
25288	○★おろしにんにく(無塩)／290g	0.3	0.38	
99999	○水	400		
24243	○★クノールチキンコンソメ／1kg	1.6	2.5	
29080	○★新デミグラスソースストレート／1kg	44	18.04	
1088	○★ウスターソース/1.8L(2106g)	6	1.14	
18800	○★トマトケチャップ／1kg チューブ	10	3.6	
991	○★食塩(特製いそしお)／1kg	0.05	0.01	
1195	○■ホワイトペッパー／210g	0.02	0.07	
17639	○★ブロッコリー／500g(中国産)	10	4.4	
47	○パセリ	0.1	0.28	

下処理	調理指示	盛付指示
<p>※牛肉は冷蔵庫で解凍する。</p> <p>1.デミグラスソースは袋ごと沸騰湯で温める</p> <p>2.マッシュルームは汁気を切る。</p> <p>3.ブロッコリーは凍ったまま沸騰湯で茹で、水で冷やし、水気を切る。</p>	<p>4.牛肉は沸騰湯で湯がき、ぬるま湯でアクを洗い流し、水気を切る。</p> <p>5.鍋にマーガリンを温め、にんにく・玉ねぎをよく炒め</p> <p>2のマッシュルーム・4の牛肉を加えて炒め、分量の水・コンソメを加えて煮る。1のデミグラスソース・ウスターソース・ケチャップを加えて更に煮込み、塩コショウで味をととのえる。</p>	<p>6.器に5のシチューを盛り付け、3のブロッコリーを飾り、パセリ粉をふる。</p>

24165

牛肉のトマトスープ/デリッシュ°

料理原価 189.9円

成分値	基準値	実際値	成分値	基準値	実際値
エネルギー(kcal)	0	359	レチノール当量(μg)	0	197
たんぱく質(g)	0.0	12.4	ビタミンB1(mg)	0.00	0.21
脂質(g)	0.0	18.7	ビタミンB2(mg)	0.00	0.17
炭水化物(g)	0.0	36.7	ビタミンC(mg)	0	37
カルシウム(mg)	0	52	食物繊維総量(g)	0.0	9.4
鉄(mg)	0.0	1.9	食塩相当量(g)	0.0	5.3



半製品/食品・食品規格		使用量(g)	原価(円)	仕込指示
27125	○★牛小間 2.0mm/500g	40	72	
5813	○むき玉ねぎ/約1kg	40	10.8	角切り
20531	○★キャノーラ油/16.5kg	2	0.84	炒め油
22	○じゃがいも LM	40	13.78	1.5cm角切り
43	○人参	20	3.92	1cm角切り
16236	○キャベツ	30	7.06	角切り
24814	○★4種豆のミックス/1kg	20	16.4	
20531	○★キャノーラ油/16.5kg	1	0.42	炒め油
99999	○水	320		
41132	A ○★ダイストマト(イタリア産)/2.5kg	80	20.8	
27206	A ○■上白糖	2	0.44	
41402	A ○★洋食屋のケチャップ/770g	20	11.4	
24243	A ○★クノールチキンコンソメ/1kg	14	21.84	
25110	○★南米産グリーンアスパラM/500g	10	10.2	1cmカット

下処理	調理指示	盛付指示
<p>※牛肉は冷蔵庫で解凍する。</p> <p>1.じゃがいも・人参は沸騰湯で茹で、湯切りする。</p> <p>2.アスパラは凍ったまま沸騰湯で茹で、水で冷やし、水気を切る。</p> <p>3.Aを混ぜ合わせる。</p>	<p>4.牛肉は沸騰湯で湯がき、ぬるま湯でアクを洗い流し、水気を切る。</p> <p>5.鍋に油を熱し、玉ねぎを炒める。更に1のじゃがいも・人参を加え、油を絡ませ、分量の水を加え煮る。</p> <p>野菜に火が通ったら、キャベツ・凍ったままの豆ミックス・2を入れ、混ぜながら煮込む。</p>	<p>6.器に5のスープを盛り付け、2のアスパラを飾る。</p>

24166

ビスクスープ/デリスープ

料理原価 310.14円

成分値	基準値	実際値	成分値	基準値	実際値
エネルギー(kcal)	0	428	レチノール当量(μg)	0	110
たんぱく質(g)	0.0	15.6	ビタミンB1(mg)	0.00	0.16
脂質(g)	0.0	25.7	ビタミンB2(mg)	0.00	0.31
炭水化物(g)	0.0	37.5	ビタミンC(mg)	0	48
カルシウム(mg)	0	174	食物繊維総量(g)	0.0	6.6
鉄(mg)	0.0	1.2	食塩相当量(g)	0.0	5.4



半製品/食品・食品規格		使用量(g)	原価(円)	仕込指示
22747	○★ムキエビ(IQF)L/(100/200)800g	30	52.5	
22	○じゃがいも LM	50	17.22	乱切り
5813	○むき玉ねぎ/約1kg	20	5.4	角切り
99999	○水	120		
26102	B ■クリーミービスクソース/535g	160	187.2	
29330	B ○■牛乳	120	28.8	
25432	○★ミニカリフラワー/500g	25	13.5	2ヶ
41610	○★冷凍 ほうれん草 カットIQF/1kg	10	4.8	
28176	○★パセリ(チップ)/50g	0.1	0.72	

下処理	調理指示	盛付指示
1.ムキエビは凍ったまま沸騰湯で茹で、水で冷やし、水気を切る。 2.じゃがいもは沸騰湯で茹で、水で冷やし、水気を切る。 3.カリフラワー・ほうれん草は凍ったまま沸騰湯で茹で、水で冷やし、水気を切り、軽くしぼる。	4.鍋に分量の水を温め、玉ねぎ・2のじゃが芋加え、煮る。一度火を止めて、Bを混ぜ合わせ更に煮る。	5.器に4のスープを盛り付け、1のムキエビ・3のカリフラワー・ほうれん草を飾りパセリ粉をふる。

24201

ロールキャベツのトマトスープ/デリスーフ

料理原価 152.34円

成分値	基準値	実際値	成分値	基準値	実際値
エネルギー(kcal)	0	217	レチノール当量(μ g)	0	195
たんぱく質(g)	0.0	9.0	ビタミンB1(mg)	0.00	0.16
脂質(g)	0.0	5.8	ビタミンB2(mg)	0.00	0.11
炭水化物(g)	0.0	34.3	ビタミンC(mg)	0	36
カルシウム(mg)	0	50	食物繊維総量(g)	0.0	7.2
鉄(mg)	0.0	0.9	食塩相当量(g)	0.0	5.7



半製品/食品・食品規格		使用量(g)	原価(円)	仕込指示
24551	○★ロールキャベツ40g/10枚	80	62.4	2枚
5813	○むき玉ねぎ/約1kg	40	10.8	角切り
20531	○★キャノーラ油/16.5kg	1	0.42	炒め油
22	○じゃがいも LM	40	13.78	1.5cm角切り
43	○人参	20	3.92	1cm角切り
99999	○水	320		
24243	○★クノールチキンコンソメ/1kg	14	21.84	
41132	A ○★ダイストマト(イタリア産)/2.5kg	80	20.8	
27206	A ○■上白糖	2	0.44	
41402	A ○★洋食屋のケチャップ/770g	20	11.4	
48	○ピーマン	5	5.82	乱切り
28176	○★パセリ(チップ)/50g	0.1	0.72	

下処理	調理指示	盛付指示
<p>1.じゃがいも・人参は沸騰湯で茹で、湯きりする。</p> <p>2.Aを混ぜ合わせる。</p> <p>3.ピーマンは少量の塩と油を入れた沸騰湯で茹で、水でサッと冷やし、水気を切る。(油通し可)</p>	<p>4.鍋に油を熱し、玉ねぎを炒める。更に1のじゃがいも・人参を加え、油を絡ませ、分量の水・ロールキャベツ・コンソメを加え煮る。野菜に火が通ったら、2を入れ、煮込む。</p>	<p>5.器に4のスープを盛り付け、3のピーマンを飾り、パセリ粉をふる。</p>