



















べじめしメニューリスト






主菜(牛肉)

	20211004	20211005	20211006	20211007	20211008	20211009	20211010	
べじめし	ピリ辛牛肉三合ナムル豚え 	牛肉とポテトのポパイソテー 	いろいろ野菜チャブチェ 	おろし牛肉じゃが 				
	141.8円	154.7円	181.7円	189.3円				
標準メニュー原価	372	27.8	480	35.3	409	26.2	462	22.0
エネルギー	12.9	1.8	13.9	2.5	15.5	3.1	13.3	4.6

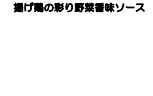
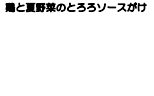
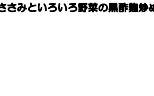
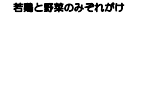
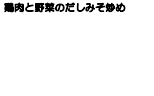


主菜(豚肉)

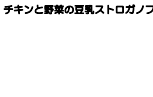
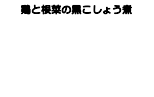
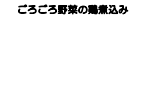
	20211011	20211012	20211013	20211014	20211015	20211016	20211017							
べじめし	たっぷりおろしとんかつ 	専野菜のポークロースト 特製ステーキソース 	山菜デンジャオ 	たっぷり野菜のピリ辛生煎焼き 	焼肉サラダ風 	セロリ入りレバニラ炒め 	豚肉と野菜のさっぱり炒め わかびマヨポテト 							
	194.5円	180.4円	196.1円	179.8円	173.3円	143.0円	184.7円							
標準メニュー原価	335	16.1	436	30.0	204	6.9	367	22.4	333	19.2	186	6.3	544	37.7
エネルギー	15.2	3.1	19.0	2.6	20.9	4.3	20.5	2.7	20.5	2.4	16.3	2.4	15.4	3.9

	20211018	20211019	20211020	20211021	20211022	20211023	20211024							
べじめし	金平目焼肉 	ガーリックバターじゃがポーク 	1日分の野菜炒め 	ごま置く半日分の野菜炒め 	ベジレバ炒め 	しっかり野菜のベジボタソテー 	豚肉と軟野菜の西京味噌炒め 							
	180.8円	171.6円	155.3円	195.1円	136.8円	149.6円	173.2円							
標準メニュー原価	509	38.3	387	17.9	302	15.8	288	14.6	189	5.4	273	13.4	434	23.1
エネルギー	16.1	2.7	19.0	2.7	17.5	4.4	18.0	2.2	14.0	2.8	14.1	1.9	17.2	2.0

	20211025	20211026	20211027	20211028	20211029	20211030	20211031					
べじめし	ガリラヤ魚 	豚肉と専野菜のとんこつちゃんこ風 	コク旨いも魚 	軟野菜の香味豚しゃぶ 	豚しゃぶモロヘイヤソース 							
	188.9円	121.4円	144.3円	180.8円	178.7円							
標準メニュー原価	425	23.1	249	11.1	262	7.6	465	36.1	234	10.0		
エネルギー	23.5	3.2	15.8	3.0	14.0	2.6	13.9	2.9	20.9	2.6		

主菜(鶏肉)

	20211101	20211102	20211103	20211104	20211105	20211106	20211107							
べじめし	揚げ鶏の彩り野菜香味ソース 	鶏と専野菜のとろろソースがけ 	鶏ささみという野菜の黒酢塩炒め 	若鶏と野菜のみぞれがけ 	鶏肉と野菜のだしみそ炒め 	鶏肉のトマトボン酢 	焼きチキン南蛮 							
	175.5円	148.6円	184.9円	179.2円	184.8円	223.7円	159.7円							
標準メニュー原価	676	45.4	490	34.5	520	24.5	474	33.1	556	35.5	626	42.7	415	22.6
エネルギー	28.0	3.1	16.8	2.0	24.4	3.4	22.1	2.5	20.3	3.0	33.4	2.7	20.0	2.6

	20211108	20211109	20211110	20211111	20211112	20211113	20211114
べじめし	チキンと野菜の豆乳ストロガノフ 	鶏と根菜の鶏こしょう煮 	ごろごろ野菜の鶏薬込み 				
	180.7円	141.4円	162.5円				
標準メニュー原価	491	26.6	339	18.2	449	21.8	
エネルギー	25.8	2.9	15.4	2.4	27.5	4.0	

主菜(魚)

	20211115	20211116	20211117	20211118	20211119	20211120	20211121
ベジめし	新電田と茄子のたっぷり野菜南蛮 	あじの和風あんかけしそ風味 	鮪と夏野菜のずばキムチ炒め 	白身魚と野菜の梅キムチだれ 			
標準メニュー価格	195.0円	197.9円	143.7円	174.2円			
原材料	518	31.7	451	27.4	432	28.2	304
消費量	19.4	2.2	19.4	2.5	15.1	1.9	17.0
ロス率							
ロス率							

主菜(その他)

	20211122	20211123	20211124	20211125	20211126	20211127	20211128	
ベジめし	トマトチーズ野菜バーグ 	たっぴり野菜バーグラタトゥイソース 	とろーり卵のゴーヤチャンプル 	にぎやか麻婆豆腐 	ほうれん草の豆乳スンドップ 	揚げ出し豆腐スンドップあんかけ 		
標準メニュー価格	185.0円	172.4円	165.4円	240.4円	176.1円	160.6円		
原材料	378	22.5	384	25.5	291	17.9	305	
消費量	16.3	2.6	14.2	15.1	20.2	4.2	22.3	
ロス率								
ロス率								

アラカルト

	20211129	20211130	20211201	20211202	20211203	20211204	20211205	
ベジめし	ベジ牛丼 	小松菜のせ猪肉ピビンバ 	塩だれキャベツ豚丼 	ゴロゴロ野菜の旨つま塩麹中華飯 	さばとねぎのピビンバ丼 	十五穀米のイカ野菜おろし天丼 	ゴロゴロ野菜のかき揚げ丼 	
標準メニュー価格	144.9円	188.6円	169.5円	171.9円	220.6円	207.8円	164.8円	
原材料	577	17.5	777	29.9	753	32.4	626	
消費量	15.3	4.7	21.8	4.4	20.5	2.6	16.0	
ロス率								
ロス率								

	20211206	20211207	20211208	20211209	20211210	20211211	20211212	
ベジめし	野菜いっぱい台湾まぜめし 	野菜たっぷり目玉焼きピビンバ 	たっぴり野菜のあんかけ炒飯 	10種の野菜ドリア 	7種の野菜のビーフカレー 	野菜いっぱい黒豆天婦羅 	もりもり野菜の鹽梅あんかけ焼きそば 	
標準メニュー価格	150.4円	195.9円	187.2円	210.6円	202.6円	213.6円	197.6円	
原材料	607	12.4	602	14.2	612	12.5	685	
消費量	25.9	3.3	23.0	2.9	24.6	5.4	20.7	
ロス率								
ロス率								

	20211213	20211214	20211215				
ベジめし	彩り豚汁うどん 	いろいろ野菜の魚介濃厚つけ麺 	菜園風トマトソースパスタ 				
標準メニュー価格	139.1円	216.5円					
原材料	504	7.9	718	21.2	623	19.3	
消費量	16.5	6.5	28.0	3.3	20.2	2.6	
ロス率							
ロス率							