

【 調 理 指 示 書 】

2023年 4月 1日(土) (昼 食)

区分	料理名/食品名	食数	一人分(g)	総使用量g	食品コメント	備 考
昼 食	[初期食](昼 食) 0食	2				
	10倍がゆ					
	米		10	20		
	水		100	200		
	麩のペースト					
	麩		1	2 ◆小麦		
だし、昆布		20	40			
かたくり粉				0		
にんじんのペースト						
にんじん		10	20			
だし、昆布		10	20			
ほうれん草のペースト						
ほうれんそう		10	20			
だし、昆布		10	20			
昼 食	[中期食](昼 食) 0食	2				
	7倍がゆ					
	米		15	30		
	水		100	200		
	高野豆腐と野菜煮					
	高野豆腐		3.4	6.8		
にんじん		10	20			
たまねぎ		5	10			
だし汁		20	40			
かたくり粉				0		
ほうれん草の軟らか煮						
ほうれんそう		15	30			
だし汁		15	30			
昼 食	[後期食](昼 食) 0食	2				
	軟飯					
	米		20	40		
	水		100	200		
	高野豆腐と野菜煮					
	高野豆腐		3.4	6.8		
にんじん		10	20			
たまねぎ		10	20			
だし汁		30	60			
しょうゆ		0.2	0.4			
かたくり粉				0		
ほうれん草の軟らか煮						
ほうれんそう		20	40			
だし汁		20	40			
しょうゆ		0.1	0.2			
お や つ	[後期食](おやつ) 0食	2				
	ふかし芋					
	じゃがいも		30	60		
食塩		0	0			