

## プロポーザル当日喫食献立表

下記に記載する献立4食分をプロポーザル当日にお持ちください。  
 3歳以上児用1食（サンプル食）、選考委員審査用3食  
 選考委員審査用食は、通常の盛り付けではありません。  
 総使用量4食分のうち、サンプル1食を除いた**3食分を8名で喫食**しますので、  
 食器・はし・口直しの水等を適当量ご用意ください。

昼食	総使用量（4食分）	3歳以上（一人分可食量）
<b>ご飯</b>		
米	188 g	47 g
<b>さばのカレー焼き</b>		
さば	160 g	40 g
食塩	0.4 g	0.1 g
小麦粉	12.0 g	3.0 g
カレー粉	0.8 g	0.2 g
油	4.0 g	1.0 g
<b>トマト</b>		
トマト	120 g	30 g
<b>じゃがいものそぼろ煮</b>		
じゃがいも	160 g	40 g
鶏ひき肉	80 g	20 g
酒	4 g	1 g
玉ねぎ	80 g	20 g
グリーンピース	12 g	3 g
おろししょうが	1.2 g	0.3 g
砂糖	6 g	1.5 g
しょうゆ	10 g	3 g
みりん	2 g	0.5 g
だし汁	80 g	20 g
<b>豆腐と小松菜のかきたま汁</b>		
絹ごし豆腐	80 g	20 g
鶏卵	100 g	25 g
えのきたけ	20 g	5 g
たまねぎ	40 g	10 g
にんじん	20 g	5 g
小松菜	40 g	10 g
酒	4 g	1 g
しょうゆ	4 g	1 g
食塩	0.4 g	0.1 g
かつおだし汁	400 g	100 g
片栗粉	1 g	0.3 g
<b>午後おやつ</b>		
<b>さつまいものようかん</b>		
さつまいも	200 g	50 g
粉寒天	1 g	0.3 g
砂糖	20 g	5 g
水	100 g	25 g