

鰻のかば焼き丼

料理名

D フォーラム 1 班
実習日： 7 月 19 日

食品名	1人分			11 人分(試作)		51 人分(実習)		指示項目、切り方等	調理方法、調理場所
	純使用量(g)	廃棄率(%)	総使用量(g)	純使用量(g)	総使用量(g)	純使用量(g)	総使用量(g)		
米	90.0	0.0	90.0	990.0	990.0	4590.0	4590.0		① 鰻に酒、砂糖、みりんで下味をつける ② しそ、しょうが、を細切りにする ③ ①に小麦粉を付けて、スチコンで火を通しタレを付けてから炭火で炙る ④ 米は丼に盛る ⑤ 米→しそ→鰻→しょうが・のり→ごまの順に盛る
水	120.0	0.0	120.0	1320.0	1320.0	6120.0	6120.0		
			0.0	0.0	0.0	0.0	0.0		
鰻	70.0	0.0	70.0	770.0	770.0	3570.0	3570.0		
酒	3.0	0.0	3.0	33.0	33.0	153.0	153.0		
小麦粉	6.0	0.0	6.0	66.0	66.0	306.0	306.0		
タレ									
酒	3.0	0.0	3.0	33.0	33.0	153.0	153.0		
砂糖	2.0	0.0	2.0	22.0	22.0	102.0	102.0		
みりん	3.0	0.0	3.0	33.0	33.0	153.0	153.0		
醤油	5.0	0.0	5.0	55.0	55.0	255.0	255.0		
しそ	1.0	0.0	1.0	11.0	11.0	51.0	51.0	細切り	
生姜	1.5	20.0	1.9	16.7	20.9	77.5	96.9	細切り(皮なし)	
			3.0	0.0	0.0	0.0	0.0	細切り	
ごま	1.0	0.0	1.0	11.0	11.0	51.0	51.0	すりごま	
のり	0.7	0.0	0.7	7.4	7.4	34.2	34.2	きざみのり	

焼き鳥丼

料理名

D フォーラム 1 班
 実習日： 7 月 19 日

食品名	1人分			11 人分(試作)		51 人分(実習)		指示項目、切り方等	調理方法、調理場所
	純使用量(g)	廃棄率(%)	総使用量(g)	純使用量(g)	総使用量(g)	純使用量(g)	総使用量(g)		
米	90.0	0.0	90.0	990.0	990.0	4590.0	4590.0		① レタスを千切り。ねぎは3cmに切る。 ② 鶏ももとねぎスチコンで火を通す ③ 焼いてから鶏ももを3cm角に切る ④ タレと絡めて炭火で炙る ⑤ ねぎも炭火で炙る ⑥ 米→レタス→鶏もも→ねぎ→のりの順に盛る
水	120.0	0.0	120.0	1320.0	1320.0	6120.0	6120.0		
			0.0	0.0	0.0	0.0	0.0		
鶏もも(皮あり)	80.0	0.0	80.0	880.0	880.0	4080.0	4080.0	3cm角に切る	
醤油	7.0	0.0	7.0	77.0	77.0	357.0	357.0		
酒	7.0	0.0	7.0	77.0	77.0	357.0	357.0		
砂糖	3.0	0.0	3.0	33.0	33.0	153.0	153.0		
			0.0	0.0	0.0	0.0	0.0		
ねぎ	40.0	40.0	66.7	440.0	733.3	2040.0	3400.0	3cmにきる	
レタス	10.0	2.0	10.2	110.0	112.2	510.0	520.4	一口大に切る	
のり	0.7	0.0	0.7	7.4	7.4	34.2	34.2	きざみのり	
				0.0	0.0	0.0	0.0		
				0.0	0.0	0.0	0.0		
				0.0	0.0	0.0	0.0		
				0.0	0.0	0.0	0.0		
				0.0	0.0	0.0	0.0		

料理名 お吸い物

D 1 班

実習日： 7 月 19 日

食品名	1人分			21 人分(試作)		101 人分(実習)		指示項目、切り方等	調理方法、調理場所
	純使用量(g)	廃棄率(%)	総使用量(g)	純使用量(g)	総使用量(g)	純使用量(g)	総使用量(g)		
麩	1.0	0.0	1.0	21.0	21.0	101.0	101.0	花麩	① ほうれん草を茹でて5cmに切る ② だしを作る ③ 麩を水で戻して水を切る ④ うつわにほうれん草と麩を入れておく ⑤ 提供の際にだしをかける
ほうれん草	10.0	10.0	11.1	210.0	233.3	1010.0	1122.2	茹でてから切る	
だし	150.0	0.0	150.0	3150.0	3150.0	15150.0	15150.0		
うすくちしょうゆ	3.0	0.0	3.0	63.0	63.0	303.0	303.0		
酒	5.0	0.0	5.0	105.0	105.0	505.0	505.0		
塩	0.2	0.0	0.2	4.2	4.2	20.2	20.2		
				0.0	0.0	0.0	0.0		
				0.0	0.0	0.0	0.0		
				0.0	0.0	0.0	0.0		
				0.0	0.0	0.0	0.0		

