

料理 ロールパン

実習日： Dフォーラム 2班  
11月 26日

食 品 名	1人分			20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)					
ロールパン	60.0	0.0	60.0	1200.0	1200.0	6060.0	6060.0		① スチームコンベクションで焼く			
									アレルギー対応			有・無
									アレルギー食材	対応（除去/代替食材）	人数	使用量



料理 ニンジンラペ

Dフォーラム 2班  
実習日： 11月 26日

食 品 名	1人分			20 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)							
サニーレタス	5.0	10.0	5.6	100.0	111.1	505.0	561.1	千切り	①	サニーレタスをちぎる				
ニンジン	20.0	5.0	21.1	400.0	421.1	2020.0	2126.3		②	にんじんを千切りする				
コーン缶	5.0	0.0	5.0	100.0	100.0	505.0	505.0		③	Aを混ぜ合わせてドレッシング				
オリーブオイル A	3.0	0.0	3.0	60.0	60.0	303.0	303.0							
酢 A	4.0	0.0	4.0	80.0	80.0	404.0	404.0							
塩 A	0.2	0.0	0.2	4.0	4.0	20.2	20.2							
コショウ A	0.01	0.0	0.01	0.20	0.20	1.01	1.01							
									アレルギー対応			有・無		
									アレルギー食材		対応（除去/代替食材）		人数	使用量

料理 パンナコッタ

Dフォーラム 2班  
実習日： 11月 26日

食 品 名	1人分			20 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)					
生クリーム	10.0	0.0	10.0	200.0	200.0	1010.0	1010.0		① 水にゼラチンをふやかす ② 鍋に生クリーム、牛乳、砂糖を入れ中火で混ぜる ③ 鍋周りに小さな泡が立ってきたら鍋から降ろす ④ 器に入れて冷蔵庫で冷やし固める ⑤ 冷凍イチゴを砂糖を合わせて加熱する ⑥ パンナコッタに盛り付ける			
牛乳	40.0	0.0	40.0	800.0	800.0	4040.0	4040.0					
砂糖	6.0	0.0	6.0	120.0	120.0	606.0	606.0					
粉ゼラチン	1.0	0.0	1.0	20.0	20.0	101.0	101.0					
バニラエッセンス	0.1	0.0	0.1	2.0	2.0	10.1	10.1					
いちご	5.0	0.0	5.0	100.0	100.0	505.0	505.0					
砂糖	2.0	0.0	2.0	40.0	40.0	202.0	202.0					
									アレルギー対応			有・無
									アレルギー食材	対応（除去/代替食材）	人数	使用量