

☆ 6月メニュー食材分量表 ☆

★桜えびと大葉の香り混ぜご飯

	4人分	8人分	12人分	16人分	20人分	24人分	28人分	32人分
桜えび	10g	20g	30g	40g	50g	60g	70g	80g
大葉	4枚	8枚	12枚	16枚	20枚	24枚	28枚	32枚
A 炒り白ごま	小さじ1	小さじ2	小さじ3	小さじ4	小さじ5	小さじ6	小さじ7	小さじ8
A ごま油	小さじ2	小さじ4	小さじ6	小さじ8	小さじ10	小さじ12	小さじ14	小さじ16
米	1.3合	2.6合	3.9合	5.2合	6.5合	7.8合	9.1合	10.4合

★豚肉と野菜の甘酢炒め

	4人分	8人分	12人分	16人分	20人分	24人分	28人分	32人分
豚こま切れ肉	240g	480g	720g	960g	1.2k	1.44k	1.68k	1.92k
A 酒	大さじ1	大さじ2	大さじ3	大さじ4	大さじ5	大さじ6	大さじ7	大さじ8
A 水	大さじ1	大さじ2	大さじ3	大さじ4	大さじ5	大さじ6	大さじ7	大さじ8
A しょうゆ	大さじ1/2	大さじ1	大さじ1と1/2	大さじ2	大さじ2と1/2	大さじ3	大さじ3と1/2	大さじ4
A 片栗粉	大さじ2	大さじ4	大さじ6	大さじ8	大さじ10	大さじ12	大さじ14	大さじ16
もやし	100g	200g	300g	400g	500g	600g	700g	800g
にんじん	1/2本	1本	1と1/2本	2本	2と1/2本	3本	3と1/2本	4本
しいたけ	2個	4個	6個	8個	10個	12個	14個	16個
ピーマン	2個	4個	6個	8個	10個	12個	14個	16個
サラダ油	大さじ1	大さじ2	大さじ3	大さじ4	大さじ5	大さじ6	大さじ7	大さじ8
B 酢	大さじ3(45CC)	90CC	135CC	180CC	225CC	270CC	315CC	360CC
B しょうゆ	小さじ2	小さじ4	小さじ6	小さじ8	小さじ10	小さじ12	小さじ14	小さじ16
B 「丸鶏がらスープ」	小さじ1	小さじ2	小さじ3	小さじ4	小さじ5	小さじ6	小さじ7	小さじ8
B 砂糖	大さじ2	大さじ4	大さじ6	大さじ8	大さじ10	大さじ12	大さじ14	大さじ16
B 片栗粉	大さじ1/2	大さじ1	大さじ1と1/2	大さじ2	大さじ2と1/2	大さじ3	大さじ3と1/2	大さじ4

★厚揚げとオクラの焼き浸し

	4人分	8人分	12人分	16人分	20人分	24人分	28人分	32人分
厚揚げ	200g	400g	600g	800g	1kg	1.2kg	1.4kg	1.6kg
オクラ	4本	8本	12本	16本	20本	24本	28本	32本
みょうが	1個	2個	3個	4個	5個	6個	7個	8個
A めんつゆ	大さじ1と1/2	大さじ3	大さじ4と1/2	大さじ6	大さじ7と1/2	大さじ9	大さじ10と1/2	大さじ12
A 水	大さじ1と1/2	大さじ3	大さじ4と1/2	大さじ6	大さじ7と1/2	大さじ9	大さじ10と1/2	大さじ12
A おろししょうが	小さじ1/2	小さじ1	小さじ1と1/2	小さじ2	小さじ2と1/2	小さじ3	小さじ3と1/2	小さじ4