

☆11月メニュー—食材分量表☆

★白ご飯

	4人分	8人分	12人分	16人分	20人分	24人分	28人分	32人分
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

★みぞれ揚げ出し豆腐

	4人分	8人分	12人分	16人分	20人分	24人分	28人分	32人分
木綿豆腐(1丁300g)	300g	600g	900g	1. 2k	1. 5k	1. 8k	2.1k	2.4k
大根	1/8本	2/8本	3/8本	1/2本	5/8本	6/8本	7/8本	1本
片栗粉	大さじ3	大さじ6	大さじ9	大さじ12	大さじ15	大さじ18	大さじ21	大さじ24
めんつゆ(2倍濃縮)	大さじ3	大さじ6	大さじ9	大さじ12	大さじ15	大さじ18	大さじ21	大さじ24
酒	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
片栗粉	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
水	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
サラダ油	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

★たっぷりきのこの鶏だんご汁

	4人分	8人分	12人分	16人分	20人分	24人分	28人分	32人分
鶏ひき肉	150g	300g	450g	600g	750g	900g	1. 05k	1. 2k
はんぺん	1枚	2枚	3枚	4枚	5枚	6枚	7枚	8枚
しめじ(1P100g)	1/2袋	1袋	1と1/2袋	2袋	2と1/2袋	3袋	3と1/2袋	4袋
えのき(1P130g)	1/3袋	2/3袋	1袋	1と1/3袋	1と2/3袋	2袋	2と1/3袋	2と1/3袋
長ねぎ	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
こしょう	適量							
おろししょうが	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
みつば	適量							
昆布	5g	10g	15g	20g	25g	30g	35g	40g
水	600CC	1. 2L	1. 8L	2. 4L	3L	3. 6L	4. 2L	4. 8L
しょうゆ	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
塩	小さじ1/3	小さじ2/3	小さじ1	小さじ1と1/3	小さじ1と2/3	小さじ2	小さじ2と1/3	小さじ2と1/3

★青菜と桜えびのだし酢和え

	4人分	8人分	12人分	16人分	20人分	24人分	28人分	32人分
小松菜(1袋200g)	1袋	2袋	3袋	4袋	5袋	6袋	7袋	8袋
桜えび	大さじ3	大さじ6	大さじ9	大さじ12	大さじ15	大さじ18	大さじ21	大さじ24
酢	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
めんつゆ(2倍濃縮)	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