

2010年新年会食事献立

2010年1月31日 高松

献立名	食品名	数量(g)	表 1	表 2	表 3	表 4	表 5	表 6	調味料
口取り	蛍烏賊	10			0.1				
	梅花芋	8	0.05						
	玉子焼き	20			0.6				
	菜花卵の花和え	7							
	鱧板	5			0.06				
	鶏洋菜巻き	15			0.25				
おつくり	めばち鮪赤身	30			0.5				
	紋甲烏賊	30			0.3				
	妻大根、大葉							☆	
焼き物 各添え物	鱸塩焼き	30			0.4				
	蚕豆塩茹で	10	0.15						
	茗荷子	2						☆	
	青菜	20						☆	
煮物	筍	15						☆	
	かぶ	18						☆	
	南瓜	12	0.15						
	ブロッコリー	30						☆	
	絹さや	4						☆	
	梅麩	2	0.1						
茶碗蒸	茶碗地	70			0.3				
	百合根	3	0.05						
	椎茸	3						☆	
	えのき	3						☆	
	柚子							☆	
赤だし	生若布	5						☆	
	豆腐	10			0.1				
香の物	胡瓜							☆	
	大根							☆	
デザート	苺	35		0.14					
ご飯	ご飯	各自調節							
調味料	調味料全体								0.3
小計			0.5	0.14	2.61			0.3	0.3

合計 3.85 単位(308kcal)

2010年新年会お食事



- 横浜市の高松にて新年会を兼ねた理事会が行われました。そのときのお食事の一部です。これで308kcalです
- この他にご飯、赤だし、香の物が付きました。
- 来年の新年会も高松で行う予定ですのでご参加ください。