献立名	材料名	１人分g	切り方	調理手順
ハンバーグ				豚挽き肉～ナツメグまで、 ボールの中でよく練り混ぜる オーブンで230℃　9分ほどで焼く
	豚挽き肉	30		
	牛挽き肉	20		
	こしょう	0.01		
	赤ワイン	1		
	たまねぎ	30		
	たまご	6		
	生パン粉	8		
	バター	0.5		
	塩	0.3		
	ナツメグ	0.01		

※実際に作った給食とは分量や調理方法をアレンジしてます。