献立名	材料名	１人分ｇ	切り方	調理手順
コロッケ				
	油	0.5		じゃがいもは蒸してつぶす
	豚挽き肉	10		
	玉ねぎ	15	みじん	豚挽き肉、玉ねぎを炒め、
	じゃがいも	70		じゃがいもを加え、調味する
	塩	0.5		
	こしょう	0.01		粗熱がとれたら、成型
	卵	1.5		ドロにつけ、パン粉につけ、
	小麦粉	7		１７０～１８０℃で揚げる
	パン粉	7		

※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。