献立名	材料名	1人分g	切り方	調理手順
じゃがいもの ポタージュ				
	油	1		油で玉ねぎ、じゃがいもを炒め、 スープを入れて、よく煮る
	バター	4	溶かしバター	
	じゃがいも	70	くし	
	たまねぎ	50	くし	ミキサーにかける
	塩	1		
	こしょう	0.02		釜に入れて、火をつけて
	牛乳	25		豆乳、牛乳をいれて、
	豆乳	25		調味する
	スープ	60		
	パセリ	0.6	みじん	最後にパセリを入れる

※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。