献立名	材料名	１人分ｇ	切り方	調理手順
麻婆春雨				
	春雨	20	４ｃｍ	油でにんにく・しょうがを香りを出して、挽き肉を炒める
	豚挽き肉	20		
	ねぎ	20	半分ななめ	
	にんじん	10	みじん	
	赤ピーマン	5	せん	ねぎ、にんじん、赤ピーマンを炒める
	にら	5	３ｃｍ	
	しょうが	1	みじん	
	にんにく	0.5	みじん	春雨は８割ほどもどしておく
	油	1		
	しょうゆ	4.5		春雨を入れて、合わせ調味料を入れて、炒めていく
	砂糖	1		
	赤味噌	1		
	甜面醤	1		
	豆板醤	0.1		
	ごま油	0.2		でんぷんでトロミを付けてごま油を入れて完成
	でんぷん	1		
	水	10		

※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。