献立名	材料名	1人分g	切り方	調理手順
ボルシチ				
	豚肉	30		ビーツを酢で炒めて、取り出す
	玉ねぎ	30	スライス	
	ビーツ	10	せん	油を熱し、にんにく、セロリ、豚肉、玉ねぎ、にんじんを炒め、スープを入れる
	キャベツ	10	せん	
	にんじん	8	せん	
	トマトピューレ	4		
	セロリ	5	みじん	
	にんにく	0.2	みじん	調味して、キャベツ、ビーツを入れる
	油	1		
	砂糖	1		
	酢	1		
	赤ワイン	1		
	塩	0.9		
	こしょう	0.02		
	スープ	110		

※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。