献立名	材料名	1人分g	切り方	調理手順
ペンネミートソース				
	ペンネ	50		トマト系は別煮
	豚挽き肉	40		にんにく、セロリを炒めて、挽き肉、赤ワイン、たまねぎ、にんじん、よく炒める
	赤ワイン	2		
	たまねぎ	80	みじん	
	トマト缶	50		味付けして、よく煮込む
	にんじん	20	みじん	
	セロリ	5	みじん	ペンネを固めに茹でる
	パセリ	1	みじん	
	にんにく	0.2	みじん	ミートソースにパセリ、ペンネを入れて混ぜる
	炒め油	1		
	ケチャップ	18		
	中濃ソース	4		
	塩	0.8		
	こしょう	0.03		

※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。