（資料１）

栄養価計算依頼票

（新）健康づくり応援の店に登録を希望するため、別紙に記載の献立について栄養価計算を依頼します。

|  |  |
| --- | --- |
| 店名 |  |
| 代表者名 |  |
| 調理担当者名 |  |
| **ＴＥＬ** |  |
| **ＦＡＸ** |  |
| 住所 |  |
| メールアドレス |  |

　添付資料

・献立表　　　　　　　　　枚

・献立写真　　　　　　　　枚

　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　（別紙）

**献立名**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 料理名 | 材料及び調味料名 | １人分（g） | 備考 | 作　り　方 |
| 純使用量 |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  | 　　　 |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |

記入例

　　１　　枚目

**献立名　　●●ランチセット**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 料理名 | 材料及び調味料名 | １人分（g） | 備考 | 作　り　方 |
| 純使用料 |
| 雑穀ごはん | 米 | 65 |  | 下味につけて形を整え蒸すたれをあわせてかける蒸し汁もあわせるわかめは水でもどす材料を混ぜ、皮で包んで揚げるレモンをかざる以下省略以下 |
| 五穀米 | 5 |  |
| 蒸し鶏の香味だれ | 鶏むね肉 | 80 |  |
| 　酒 | 3 | 下味 |
| 　しょうが | 1 | 下味 |
| 濃口しょうゆ | 4 |  |
| 穀物酢 | 3 |  |
| 砂糖 | 2 |  |
| ごま油 | 1 |  |
| 深ねぎ | 5 |  |
| しょうが | 1 |  |
| にんにく | 0.5 |  |
| 付け合せ | トマト | 30 | 皮なし |
| きゅうり | 20 | 皮付き |
| わかめのスープ | わかめ | 0.3 | 乾燥 |
| もやし | 15 |  |
| 中華だし | 1 | 顆粒 |
| 水 | 120 |  |
| 薄口醤油 | 2 |  |
| 揚げワンタン | ワンタン皮 | 15 | 3枚 |
| 豚ひき肉 | 20 |  |
| しょうが | 1 |  |
| 深ねぎ | 5 |  |
| 塩 | 0.1 |  |
| しょうゆ | 0.5 |  |
| 酒 | 0.5 |  |
| 揚げ油 |  |  |
| レモン | 5 |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

|  |
| --- |
|  |