

X'masツリーのデコレートピザ



《 作り方 》

調理時間は約20分です。

- ① 冷凍のブロッコリーを解凍し小房に分ける。ミニトマトは半分に切り、黄色のパプリカを星型に抜く。残りの黄パプリカと赤パプリカは5mm角に切る。ブラックオリーブは市販のスライスされた物を準備する。
- ② ピザ生地は、両肩を切り落とすツリーの形にする。QPサルサポモドーロを塗り、その上にQPクッキングベース(ホワイト)を広げる。
- ③ ソースを塗った生地に、星形パプリカ以外の具をトッピング(画像参照)し、ロルフ シュレッド4種のチーズを散らす。約180℃に熱したスチコンで10分程度焼き色が付くまで焼く。
- ④ 焼きあがったピザをお皿に盛り付け、頂点に星形パプリカを飾り、粉チーズを振り掛けて完成です。

《 材料 : 1人分 》

	メーカー名	品名	規格	分量	単価	栄養分析表 (参考数値です。分量・調理方法により変動します。)														
ピザ生地	※ トロナ	F8Sクラスト(10枚入)	18 cm	1 枚	100 円	<table border="0"> <tr> <td>熱量</td> <td>600 kcal</td> </tr> <tr> <td>水分</td> <td>162.7 g</td> </tr> <tr> <td>蛋白質</td> <td>26.1 g</td> </tr> <tr> <td>脂質</td> <td>23.6 g</td> </tr> <tr> <td>炭水化物</td> <td>72 g</td> </tr> <tr> <td>灰分</td> <td>4.4 g</td> </tr> <tr> <td>ナトリウム</td> <td>1161 mg</td> </tr> </table>	熱量	600 kcal	水分	162.7 g	蛋白質	26.1 g	脂質	23.6 g	炭水化物	72 g	灰分	4.4 g	ナトリウム	1161 mg
熱量	600 kcal																			
水分	162.7 g																			
蛋白質	26.1 g																			
脂質	23.6 g																			
炭水化物	72 g																			
灰分	4.4 g																			
ナトリウム	1161 mg																			
ソース	※ キューピー	サルサポモドーロ	1 kg	40 g	24 円															
	※ キューピー	クッキングベース(ホワイト)	1 kg	40 g	19 円															
具材	※ 神栄	ブロッコリー(IQF)	500 g	30 g	11 円															
	※ ロルフ	シュレッド4種のチーズ	1 kg	40 g	64 円															
	※ ユーキフーズ	ミニトマト	30 個	3 個	60 円															
自店調達		パプリカ(黄)		10 g	? 円															
		パプリカ(赤)		10 g	? 円															
		ブラックオリーブ		5 g	? 円															
		粉チーズ		10 g	? 円															

※ は弊社で供給できるアイテムです。

上記分量はあくまでも目安です。製造する枚数に合わせて調整して下さい。
又、具材を変える事でいろいろなパターンをお楽しみ下さい。



えびタップリカツサンド



《 作り方 》

調理時間は約15分です。

- ① 約175℃に熱した油で、RKCえびカツを約7分間油調し、中濃ソースを付けて縦半分にカットする。
- ② 冷凍の食パン(6枚切)を自然解凍し、表面にマヨネーズを塗り、グリーンリーフを乗せ、えびカツを少し離して並べる。
- ③ えびカツの間に玉子サラダを置き食パンでサンドする。(食パンにはマヨネーズを塗る事。)
- ④ 食パンの耳をカットし、えびカツに向かって横に2～3等分にカットしてトレーに盛り付ける。
- ⑤ 最後にパセリを乗付けて完成です。

《 材料 : 1人分 》

	メーカー名	商品名	規格	分量	単価
具材	※ テーブルマーク	冷凍食パン8枚切(2枚P)	1 P	2 枚	64 円
	※ テーブルマーク	RKCえびカツ	70 g	1 個	165 円
	※ ケンコーマヨネーズ	ニュータマゴサラダ	1 kg	30 g	30 円
	※ ユーキフーズ	グリーンリーフ	300 g	5 g	20 円
ソース	※ ユーキフーズ	パセリ	50 g	1 g	5 円
	※ ブルドック	中濃ソース	1.8 L	少々	20 円
	※ ケンコーマヨネーズ	欧風マヨネーズ	1 kg	30 g	14 円

栄養分析表

(参考数値です。分量・調理方法により変動します。)

熱量	276 kcal
水分	48.2 g
蛋白質	8.3 g
脂質	14.9 g
炭水化物	27 g
灰分	1.7 g
ナトリウム	486 mg

※ は弊社で供給できるアイテムです。

上記分量はあくまでも目安です。製造する食数に合わせて調整して下さい。
又、具材を変える事でいろいろなパターンをお楽しみ下さい。



カボチャのデザートビーンズサラダ



《 作り方 》

調理時間は約15分です。

- ① 容器にコーンフレークを約15g入れる。その上にGFカボチャサラダを160g位入れる。
- ② 解凍したフローズンホイップクリームを適量盛り付け、QPミックスビーンズとスナック菓子を盛り付ける。
- ③ ホイップクリームの上にパンプキンシードをトッピングして完成です。

《 材料：1人分 》

	メーカー名	品名	規格	分量	単価	
具材	※	グローバルフーズ	国産カボチャのサラダ	1 kg	160 g	135 円
	※	マルハニチロ	フローズンホイップクリーム	1000 ml	20 g	20 円
	※	キューピー	フローズンビーンズミックス	500 g	25 g	37 円
自店調達			スナック菓子	少々	? 円	
			パンプキンシード	少々	? 円	
			コーンフレーク		15 g	? 円

栄養分析表

(参考数値です。分量・調理方法により変動します。)

熱量	523 kcal
水分	7.8 g
蛋白質	29.6 g
脂質	29.6 g
炭水化物	57.3 g
灰分	2.9 g
ナトリウム	528 mg

※画像のスナック菓子は、ベビースターのパンスティックシュガー味です。

※ は弊社で供給できるアイテムです。

上記分量はあくまでも目安です。製造する食数に合わせて調整して下さい。
又、具材を変える事でいろいろなパターンをお楽しみ下さい。



グリルチキンのトマト&チーズソース(アリゴ風)



《 作 り 方 》

調理時間は約25分です。

- ① 鶏モモ正肉を解凍し、皮の部分にフォークで穴をあけ、両面に塩とコショウをふり下味を付ける。
- ② 約200℃に熱したスチコンで、皮目を上にした鶏肉を約15分間加熱する。
(鶏肉の中心まで火が入っているか確認する事)
- ③ 焼き上げた鶏肉をお皿に乗せ、QP 具沢山ソース トマトと野菜、QP もっちりのびるチーズソース(アリゴ風)をかける。
- ④ 付け合せにクレソン等を付けて完成です。

《 材 料 : 1人分 》

	メーカー名	商品名	規格	分量	単価
具材	※ ブラジル	鶏モモ正肉(200/220)	2 kg	約210 g	115 円
ソース	※ キューピー	具沢山ソース トマトと野菜	300 g	70 g	60 円
	※ キューピー	もっちりのびるチーズソース(アリゴ風)	500 g	50 g	43 円
自店調達		クレソン		少々	? 円

栄養分析表

(参考数値です。分量・調理方法により変動します。)

熱量	207 kcal
水分	65.7 g
蛋白質	12.6 g
脂質	13.9 g
炭水化物	6.4 g
灰分	1.3 g
ナトリウム	242 mg

※ は弊社で供給できるアイテムです。

上記分量はあくまでも目安です。 製造する食数に合わせて調整して下さい。



サーロイン入りハンバーグのシャリアピンソース



《 作 り 方 》

調理時間は約25分です。

- ① 冷凍のサーロイン入りハンバーグを、沸騰したお湯で約20分間ボイルして下さい。
- ② 約175℃に熱した油で、ナチュラルカットポテトとミックスベジタブルをそれぞれ油調する。
- ③ お皿にボイルしたサーロイン入ハンバーグを乗せ、油調したナチュラルカットポテトとミックスベジタブルを盛り付ける。
- ④ ハンバーグにQP具沢山ソース シャリアピンをハンバーグにかける。
- ⑤ 付わせのクレソンを添えて完成です。

《 材 料 : 1人分 》

	メーカー名	商品名	規格	分量	単価
具材	※ ミツオ	サーロイン入りハンバーグステーキ	120 g	1 個	175 円
	※ 神栄	ミックスベジタブル	1 kg	30 g	9 円
ソース 自店調達	※ 神栄	ナチュラルカットポテト	1 kg	50 g	15 円
	※ キューピー	具沢山ソース シャリアピン	1 kg	30 g	28 円
		クレソン		少々	? 円

栄養分析表

(参考数値です。分量・調理方法により変動します。)

熱量	185 kcal
水分	67.7 g
蛋白質	9.2 g
脂質	11.4 g
炭水化物	10.1 g
灰分	1.6 g
ナトリウム	324 mg

※ は弊社で供給できるアイテムです。

上記分量はあくまでも目安です。製造する食数に合わせて調整して下さい。
又、具材を変える事でいろいろなパターンをお楽しみ下さい。



さつまいもとクリームチーズのサラダ



《 作り方 》

調理時間は約15分です。

- ① 容器にコーンフレークを約15g入れる。その上にGFさつまいもサラダを160g位入れる
- ② 解凍したQPふわふわムース(チーズ)を適量盛り付け、パインカットとスナック菓子を盛り付ける。
- ③ ホイップクリームの上に、ミントの葉を飾って完成です。

《 材料：1人分 》

	メーカー名	品名	規格	分量	単価
具材	※ グローバルフーズ	さつまいものサラダ	1 kg	160 g	138 円
	※ キューピー	ふわふわムース(チーズ)	300 g	40 g	54 円
自店調達		パイナップル(チビット)		2 ケ	? 円
		スナック菓子		少々	? 円
		ミントの葉		少々	? 円
		コーンフレーク		15 g	? 円

※画像のスナック菓子は、明治コパンのメイプルシュガー味です。

※ は弊社で供給できるアイテムです。

上記分量はあくまでも目安です。製造する食数に合わせて調整して下さい。
又、具材を変える事でいろいろなパターンをお楽しみ下さい。

栄養分析表

(参考数値です。分量・調理方法により変動します。)

熱量	556 kcal
水分	132.5 g
蛋白質	5.6 g
脂質	29.5 g
炭水化物	67.1 g
灰分	2.3 g
ナトリウム	379 mg



ビーフシチューのバゲットボート



《 作り方 》

調理時間は約30分です。

- ① 冷凍のバゲットを解凍し、半分の長さに切り、中心に切れ目を入れ手でちぎってボート型にくり抜く。
- ② 冷凍のビーフシチューを約20分ポイルし、くり抜いたパンに流し込みロールフシュレッド4種のチーズをふりかける。
- ③ 約200℃に熱したスチコンに入れ、チーズが溶けるまで約5分程度焼く。
- ④ 冷凍のブロッコリーをポイルしておく。
- ⑤ 焼き上がったパンに粉パセリをふりかけお皿に盛り付ける。ポイルしたブロッコリーとミニトマトを添えて完成。

《 材料：1人分 》

	メーカー名	商品名	規格	分量	単価	栄養分析表 (参考数値です。分量・調理方法により変動します。)
具材	※ テーブルマーク	バゲット	1本	1/2本	100円	熱量 167 kcal 水分 64.3 g 蛋白質 9.3 g 脂質 5.4 g 炭水化物 19.6 g 灰分 1.4 g ナトリウム 326 mg
	※ テーブルマーク	ビーフシチュー	1kg	100g	210円	
	※ ロルフ	シュレッド4種のチーズ	1kg	20g	32円	
	※ 神栄	ブロッコリー-IQF	1kg	10g	15円	
自店調達	※ ユーキフーズ	ミニトマト	30個	1個	20円	
		粉パセリ		少々	?円	

※ は弊社で供給できるアイテムです。

上記分量はあくまでも目安です。製造する食数に合わせて調整して下さい。
又、具材を変える事でいろいろなパターンをお楽しみ下さい。
くり抜いたパンはビーフシチューに混ぜてもOKです。



フライドチキンのデューセルソース



《 作 り 方 》

調理時間は約20分です。

- ① ミニトマトを4等分にカットし、QPコンディメントソース(マッシュルーム)を解凍する。
- ② 約175℃に熱した油で、若鶏モモ唐揚げとナチュラルカットポテトをそれぞれ油調する。
- ③ お皿にベビーリーフをリース上に盛り、その上にQP EXサワークリームオニオンポテトサラダを4ヶ所に盛り付ける。(調理例参照)
- ④ 更にあいているスペースに、フライドチキンとナチュラルカットポテトを適量交互ずつに盛り付ける。
- ⑤ ミニトマトを均等にトッピングし、QPコンディメントソース(マッシュルーム)と生クリームをかけ完成。

《 材 料 : 1人分 》

	メーカー名	商品名	規格	分量	単価	栄養分析表 (参考数値です。分量・調理方法により変動します。)
具材	※ DK	若鶏モモ唐揚げ	1 kg	140 g	90 円	熱量 161 kcal 水分 50.6 g 蛋白質 6 g 脂質 9.3 g 炭水化物 13.1 g 灰分 1.2 g ナトリウム 561 mg
	※ キューピー	EXサワークリームオニオンポテトサラダ	1 kg	100 g	36 円	
	※ 神栄	ナチュラルカットポテト	1 kg	50 g	15 円	
	※ ユーキフーズ	ベビーリーフ	1 kg	20 g	110 円	
	※ ユーキフーズ	ミニトマト	30 個	3 個	60 円	
ソース 自店調達	※ キューピー	コンディメントソース(マッシュルーム)	1 kg	50 g	100 円	
		生クリーム		3 g	? 円	

※ は弊社で供給できるアイテムです。

上記分量はあくまでも目安です。製造する食数に合わせて調整して下さい。
又、具材を変える事でいろいろなパターンをお楽しみ下さい。



むらさきいものベリーソースサラダ



《 作り方 》

調理時間は約15分です。

- ① 容器にコーンフレークを約15g入れる。その上にGF国産紫芋のスイーツサラダを160g位入れる
- ② 解凍したフローズンホイップクリームを適量盛り付け、QPベリーソースを適量かける。
- ③ ホイップクリームの上に、ミントの葉とスナック菓子を飾って完成です。

《 材料 : 1人分 》

	メーカー名	品名	規格	分量	単価	
具材	※	グローバルフーズ	国産紫芋のスイーツサラダ	1 kg	160 g	107 円
	※	マルハニチロ	フローズンホイップクリーム	1000 ml	25 g	37 円
	※	キューピー	SMごろっと果実 ミックスベリーのソース	200 g	20 g	38 円
自店調達		スナック菓子		少々	? 円	
		ミントの葉		少々	? 円	
		コーンフレーク		15 g	? 円	

栄養分析表

(参考数値です。分量・調理方法により変動します。)

熱量	541 kcal
水分	114.1 g
蛋白質	5.6 g
脂質	22.4 g
炭水化物	80.1 g
灰分	2.6 g
ナトリウム	411 mg

※画像のスナック菓子は、100円菓子のシュガービスです。

※ は弊社で供給できるアイテムです。

上記分量はあくまでも目安です。製造する食数に合わせて調整して下さい。
又、具材を変える事でいろいろなパターンをお楽しみ下さい。



簡単いもようかん



《 作り方 》

調理時間は約25分です。

- ① 冷凍のサツマイモを解凍し、鍋に入れ水をひたひたに入れ茹でる。
- ② 柔らかくなったら火を止め茹で汁を捨て、鍋の中でマッシャーや木べらなどでつぶす。
- ③ ふたたび火にかけ、弱めの中火で砂糖・塩を加え、焦げないように注意し木べらで混ぜながら加熱する。
- ④ 水分が減ってきたら火を止め、型に入れて粗熱をとる。
- ⑤ 粗熱がとれたら冷蔵庫で2時間程冷やし固めて完成です。

《 材料 : 4人分 》

	メーカー名	商品名	規格	分量	単価
具材	※ 京果	ベトナム産皮付さつまいも乱切り	1 kg	1 kg	450 円
	※ 伊藤忠製糖	上白糖	1 kg	250 g	55 円
	※ 塩事業センター	食塩	1 kg	5 g	0.5 円

※ は弊社で供給できるアイテムです。

栄養分析表

(参考数値です。分量・調理方法により変動します。)

熱量	182 kcal
水分	52.8 g
蛋白質	1 g
脂質	0.2 g
炭水化物	44.9 g
灰分	1.2 g
ナトリウム	159 mg

上記分量はあくまでも目安です。製造する食数に合わせて調整して下さい。



簡単ミートローフ



《 作り方 》

調理時間は約60分です。

- ① 冷凍のミックスベジタブルを解凍し、玉ねぎをみじん切りにする。
- ② 冷凍のブロッコリーをボイルしておく。
- ③ ボウルに合挽き肉・ミックスベジタブル・玉ねぎ・玉子・乾燥パン粉・塩・コショウを入れ粘りがでるまでよく練る。
- ④ ホテルパンにクッキングシートを敷き、良く練り合した合挽き肉を長方形になるように成形する。
- ⑤ 200℃に熱したスチコンで約20分間焼き、180℃に下げて更に約25分間焼く。
(中心が焼けているかを竹串等で確認し、生焼けの場合はもう少し焼く。)
- ⑥ 焼きあがったミートローフを、適当な大きさにカットしてお皿に盛り付け、QPスタイリングソース スモークフレーバーを適量振掛ける。付け合せにボイルしたブロッコリーとミニトマトを添えて完成です。

《 材料 : 4人分 》

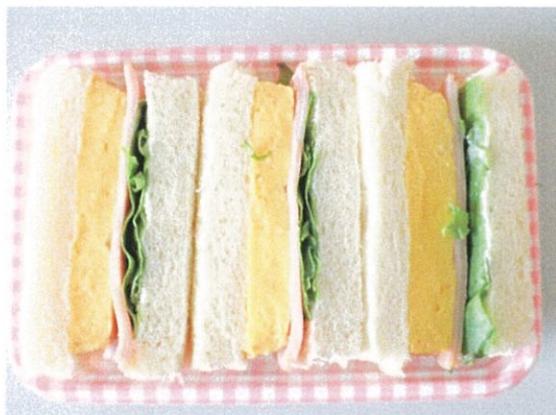
	メーカー名	商品名	規格	分量	単価	栄養分析表 (参考数値です。分量・調理方法により変動します。)	
具材	※ 神栄	ミックスベジタブル	1 kg	100 g	30 円	熱量 168 kcal 水分 68.9 g 蛋白質 12.1 g 脂質 9.2 g 炭水化物 8.2 g 灰分 1.6 g ナトリウム 405 mg	
	※ タカムラ	玉子	10 kg	1 個	21 円		
	※ フライスター	乾燥ソフトパン粉	1 kg	50 g	15 円		
	※ 神栄	ブロッコリーIQF	500 g	50 g	3.5 円		
	※ ユーキフーズ	プチトマト	30 個	4 個	80 円		
	※ 塩事業センター	塩	1 kg	5 g	0.5 円		
	※ 甘利香辛	コショウ	1 kg	少々	3.5 円		
	ソース 自店調達	※ キューピー	スタイリングソース スモークフレーバー	280 ml	50 g		79 円
			合挽き肉		500 g		? 円
			たまねぎ		1/2 個		? 円

※ は弊社で供給できるアイテムです。

上記分量はあくまでも目安です。製造する食数に合わせて調整して下さい。
又、具材を変える事でいろいろなパターンをお楽しみ下さい。



厚焼き玉子サンド



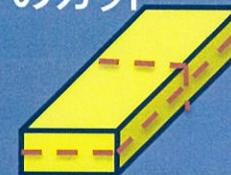
《 作り方 》

調理時間は約10分です。

- ① 冷凍のQPうまみ厚焼きたまごを自然解凍し、縦半分カットさらに厚さ半分にカットし、食パンと同じような大きさにカットする。
- ② 冷凍の食パン(6枚切)を自然解凍し、表面にカラシマヨネーズを塗り、グリーンリーフ・スライスハムを乗せる。
- ③ カットした厚焼きたまごを乗せ食パンでサンドする。(食パンにはカラシマヨネーズを塗る事。)
- ④ 食パンの耳をカットし、横に2~3等分にカットしてトレーに盛り付ける。
- ⑤ 最後にパセリを乗つけて完成です。

だし巻き玉子のカット方法

だし巻き1本から4枚にカットします。



《 材料 : 1人分 》

	メーカー名	商品名	規格	分量	単価
具材	※ テーブルマーク	冷凍食パン8枚切(2枚P)	1 P	2 枚	64 円
	※ ケンコーマヨネーズ	惣菜亭®冷凍厚焼き卵	500 g	1/4 切	125 円
	※ ユーキフーズ	グリーンリーフ	300 g	5 g	30 円
	※ ユーキフーズ	パセリ	50 g	1 g	20 円
自店調達	※ キューピー	カラシマヨネーズKN	200 g	30 g	20 円
		スライスハム		1~2 枚	? 円

栄養分析表

(参考数値です。分量・調理方法により変動します。)

熱量	265 kcal
水分	51.1 g
蛋白質	8.5 g
脂質	14.9 g
炭水化物	23.7 g
灰分	1.7 g
ナトリウム	508 mg

上記分量はあくまでも目安です。製造する食数に合わせて調整して下さい。
又、具材を変える事でいろいろなパターンをお楽しみ下さい。



野菜たっぷりジェノベーゼピザ



《 作り方 》

調理時間は約15分です。

- ① 冷凍のグリルズッキーニ(コインカット)と、素揚げカボチャスライス(M)を解凍する。トマトは5mm位の厚さにスライスする。
- ② ピザ生地にQPジェノベーゼソースを塗り、ズッキーニ→カボチャ→トマトの順で円を描く様にトッピングし、ロルフ シュレッド4種のチーズを散らす。
- ③ 約180℃に熱したスチコンで10分程度焼き色が付くまで焼く。

《 材料 : 1人分 》

	メーカー名	品名	規格	分量	単価
ピザ生地	※ トロナ	F8Sクラスト(10枚入)	18 cm	1 枚	100 円
ソース	※ キューピー	スタイリングソース ジェノベーゼ	280 ml	40 g	86 円
具材	※ 東映	グリルズッキーニ(コインカット)	500 g	50 g	42 円
	※ 東映	素揚げカボチャスライス(M)	500 g	50 g	39 円
自店調達	※ ロルフ	シュレッド4種のチーズ	1 kg	40 g	64 円
		トマト		1/2 個	? 円
		ブラックオリーブ		10 g	? 円

栄養分析表

(参考数値です。分量・調理方法により変動します。)

熱量	743 kcal
水分	222.2 g
蛋白質	22 g
脂質	37.4 g
炭水化物	79.9 g
灰分	6.3 g
ナトリウム	1783 mg

※ は弊社で供給できるアイテムです。

上記分量はあくまでも目安です。製造する枚数に合わせて調整して下さい。
又、具材を変える事でいろいろなパターンをお楽しみ下さい。

