

汁物の量

料理	出来上がり量
普通の汁物	小学校 210 g 前後 中学校 273 g 前後
ポトフ カレー ハヤシ シチュー ポタージュ等	小学校 220 g 前後 中学校 286 g 前後
麺の汁	小学校 216 g 前後 水の量 135 g は最低確保 中学校 281 g 前後 水の量 175.5 g は最低確保

煮物・炒め物

70 g ～ 90 g 位

サラダ

50 g ～ 60g 位

中学校は小学
校の 1.3 倍

フルーツ和え

80g ～ 88 g 位

中学校は小学校
の 1.2 倍