

前提条件

※定食以外は、付け合わせなし

○揚げ物

冷凍品を仕入れる ⇒ 注文時に揚げる

○焼き物

冷蔵品を仕入れる ⇒ 注文時に焼く

○サラダ

野菜をカット ⇒ 冷蔵庫で保管

○刺身

冷蔵品を仕入れる ⇒ 冷蔵庫で保管

※茹でたこ刺し: 茹でる ⇒ 冷ます ⇒ 細切り

○酢の物

味付け ⇒ 冷蔵庫で保管

○和え物

加熱 ⇒ 冷ます ⇒ 味付け ⇒ 冷蔵庫で保管

○定食

メインのおかず: 注文時に焼く、揚げる

みそ汁: 加熱 ⇒ 冷却 ⇒ 再加熱

ごはん: 炊飯 ⇒ 保温

和え物: 加熱 ⇒ 冷却 ⇒ 味付け ⇒ 冷蔵庫で保管

サラダ: 野菜をカット ⇒ 冷蔵庫で保管

○カレー

ルー : 煮込む ⇒ 冷却 ⇒ 再加熱

ライス : 炊飯 ⇒ 保温

福神漬け: 冷蔵品を購入 ⇒ 冷蔵庫で保管

演習用メニュー

揚げ物

ポテトフライ 390円

ホタテフライ 650円

サラダ

ポテトサラダ 500円

オニオンサラダ 500円

焼き物

鰯ほっけ一夜干し 690円

子持ちししゃも 590円

刺身

いか刺し 999円

茹でたこ刺し 550円

酢の物・和え物

ホヤ 酢 590円

菜の花の辛子和え 590円

焼肉定食 } ごはん 750円

ハンバーグ定食 } みそ汁 750円

からあげ定食 } 和え物 750円

ビーフカレー } ルー 650円

ライス 福神漬け

定食 など