

トマトクリームシチュー

いつものシチューをトマト味にアレンジ。
さっぱりとした味わいで通年利用できる便利メニューに。



材料 (10~12人分)

- 鶏もも肉(ひと口大) 300g
- 玉ねぎ 200g
- にんじん 100g
- じゃがいも 200g
- ブロッコリー 100g
- サラダ油 30g
- 水 700g
- カゴメダイストマトソース 1kg
- S&B 給食用シチューフレーク(クリーム) 200g
- 牛乳 400g

作り方

- ① 玉ねぎ、にんじん、じゃがいもはひと口大に、ブロッコリーは小房に分けて茹でる。
- ② 鍋にサラダ油を熱し、鶏肉、玉ねぎ、にんじんを炒める。じゃがいもを加えて炒めたら、水、カゴメダイストマトソースを加えて15分煮る。
- ③ いったん火を止め、S&B 給食用シチューフレークを溶かす。溶けたら再び火にかけ、とろみがつくまで加熱し、牛乳、茹でておいたブロッコリーを加えてひと煮立ちさせる。

使用製品

S&B
給食用
シチューフレーク
(クリーム)
1kg



カゴメ
ダイストマト
ソース
1kg



栄養価表 (1人分)	エネルギー	285kcal	脂質	16.8g	食塩相当量	2.7g
	たんぱく質	8.7g	炭水化物	24.4g		

日本食品標準成分表2015年版(七訂)より

ひき肉とお豆のトマトカレー

子どもに人気のカレーライスを、食感のよい豆を使ってよく噛んで食べられるように工夫しました。



材料 (10~12人分)

- 豚ひき肉 600g
- カゴメ冷凍オニオンソテー (C) D70 100g
- カゴメ冷凍4種豆のミックス 200g
- 大豆 (水煮缶詰) 300g
- カゴメダイストマトソース 500g
- 水 900g
- S&B とろけるカレーフレーク甘口 200g
- サラダ油 30g

作り方

- ① 鍋にサラダ油を熱し、ひき肉を炒める。
- ② 水、カゴメ冷凍オニオンソテー、カゴメダイストマトソース、カゴメ冷凍4種豆のミックス、大豆を加えて5分煮る。
- ③ いったん火を止め、S&B とろけるカレーフレーク甘口を溶かす。溶けたら再び火にかけ、とろみがつくまで煮る。

使用製品

S&B
とろける
カレーフレーク
(甘口)
1kg



カゴメ
冷凍4種豆の
ミックス
1kg



カゴメ
ダイストマト
ソース
1kg



栄養価表 (1人分)	エネルギー	394kcal	脂質	21.9g	食塩相当量	2.5g
	たんぱく質	16.6g	炭水化物	19.8g	日本食品標準成分表2015年版(七訂)より	

トマトケチャップとカレー粉で減塩! 「肉じゃが」

トマトケチャップで味の深みが増し、仕上がりもさらに
色鮮やかに。カレーの風味で食欲もアップ!



材料 (8人分)

- じゃがいも 800g
- 玉ねぎ 400g
- いんげん 70g
- 豚ばら肉(薄切り) 400g
- サラダ油 25g
- 水 700g
- 和風だしの素(顆粒) 3g
- 砂糖 40g
- しょうゆ 50g
- カゴメトマトケチャップ 50g
- S&B セレクト 辛くないカレーアロマ<カレーパウダー>... 8g

作り方

- ① じゃがいもはひと口大、玉ねぎはくし形切り、いんげんは長さを3等分に切り、茹でておく。
- ② 鍋にサラダ油を熱し、豚肉を炒める。玉ねぎ、じゃがいもの順に加えて炒め、水、和風だしの素を加える。
- ③ 沸騰したらアクを取り、砂糖を加えて5分煮る。しょうゆ、カゴメトマトケチャップ、S&B セレクト 辛くないカレーアロマ<カレーパウダー>を加えて10分煮る。
- ④ じゃがいもに火が通ったら①のいんげんを加え、ひと煮立ちさせる。

使用製品

S&B
セレクト
辛くない
カレーアロマ
(カレーパウダー)
100g



カゴメ
トマトケチャップ
1kg



栄養価表 (1人分)	エネルギー	354kcal	脂質	21.0g	食塩相当量	1.3g
	たんぱく質	10.1g	炭水化物	29.7g		

日本食品標準成分表2015年版(七訂)より

4色のお豆とひき肉のスパイストマト煮 チリコンカン



使用製品

カゴメ
冷凍4種豆の
ミックス
1kg



カゴメ
ダイストマト
ソース
1kg



S&B
セレクト
クミン
(パウダー)
100g



S&B
アレルゲンフリー
(28品目不使用)
ハヤシフレークN
1kg



栄養価表 (1人分)	エネルギー	218kcal	脂質	11.8g	食塩相当量	1.5g
	たんぱく質	8.8g	炭水化物	18.4g		

日本食品標準成分表2015年版(七訂)より

テクス・メクス料理の代表格。トマトの旨味とハヤシフレークのkokでお豆がおいしく食べられる一品。

材料 (10~12人分)

豚ひき肉	300g
玉ねぎ(みじん切り)	300g
赤パプリカ(角切り)	150g
カゴメ冷凍4種豆のミックス	370g
カゴメダイストマトソース	90g
水	530g
S&B セレクト クミン(パウダー)	0.5g
S&B セレクト オレガノ(パウダー)	0.2g
S&B アレルゲンフリーハヤシフレークN	120g
塩	3g
S&B コシヨー	適量
サラダ油	30g

作り方

- 鍋にサラダ油を熱し、ひき肉をよく炒める。
玉ねぎ、パプリカを加えてさらに炒める。
- カゴメ冷凍4種豆のミックス、カゴメダイストマトソース、水、S&B セレクト クミン、S&B セレクト オレガノを加えて10分ほど煮込む。
- いったん火を止めて、S&B アレルゲンフリーハヤシフレークNを溶かす。溶けたら再び火にかけ、とろみがつくまで弱火で煮込み、塩、S&B コシヨーで味を調える。

鶏肉とソーセージのスパイシー炊き込みご飯 ジャンバラヤ



使用製品

カゴメ
冷凍ミックス
ピメント
(ダイスカット)
500g



カゴメ
ダイストマト
ソース
1kg



S&B
セレクト ケイジャン
シーズニング
100g



S&B
おろし
生にんにく
290g



栄養価表 (1人分)	エネルギー	324kcal	脂質	7.7g	食塩相当量	1.8g
	たんぱく質	7.8g	炭水化物	53.5g		

日本食品標準成分表2015年版(七訂)より

スパイスの香りとトマトの旨味が食欲をそそる米料理です。
初めて食す子どもにも食べやすく仕上げました。

材料 (10~12人分)

米	700g
カゴメダイストマトソース	120g
S&Bおろし生にんにく	5g
カゴメ冷凍ソフリット	120g
水	850g
コンソメスープの素(顆粒)	10g
鶏むね肉	100g
ウインナー	100g
カゴメ冷凍ミックスピメント(ダイスカット)	100g
S&B セレクト ケイジャンシーズニング	30g
サラダ油	20g

作り方

- 米は洗って水けをきっておく。
鶏肉は1.5cm角に、ウインナーは1cm幅に切る。
- 炊飯器に米、【炊飯A】を入れて軽く混ぜ、炊飯する。
- フライパンに【後混ぜB】の油を熱し、鶏肉、ウインナー、カゴメ冷凍ミックスピメントの順に炒める。
火が通ったらS&B セレクト ケイジャンシーズニングを加えて炒め合わせる。
- 炊きあがった②に③を混ぜ合わせる。

野菜のトマト煮 ラタトゥイユ



使用製品

カゴメ
ダイストマト
ソース
1kg



S&B
セレクト
香草焼き
シーズニング
(鶏肉用)
100g



夏野菜たっぷりの煮込み料理がハーブや
スパイス入りのシーズニングで簡単に!

材料 (10~12人分)

- なす 200g
- ズッキーニ 400g
- 赤パプリカ 120g
- 黄パプリカ 120g
- 玉ねぎ 400g
- カゴメダイストマトソース 600g
- オリーブ油 適量
- S&B セレクト 香草焼きシーズニング(鶏肉用) ... 25g
- 塩 少々

作り方

- ① 野菜は2cm角に切る。
- ② 鍋にオリーブ油を熱し、火の通りにくい野菜から炒める。
野菜がしっかりと炒められたら、
カゴメダイストマトソース、
S&B セレクト 香草焼きシーズニングを加える。
- ③ 時々かき混ぜながら蒸し煮にし、
最後に塩で味を調える。

栄養価表 (1人分)	エネルギー	88kcal	脂質	3.8g	食塩相当量	1.0g
	たんぱく質	2.1g	炭水化物	12.3g		

日本食品標準成分表2015年版(七訂)
より

鶏肉のトマト煮 チキンカチャトラ



使用製品

カゴメ
ダイストマト
ソース
1kg



S&B
セレクト
トマト煮込み用
シーズニング
100g



とても簡単に本格的な味わいを楽しめます。
お好みの野菜を加えるのもおすすめです。

材料 (10~12人分)

- 鶏もも肉(ひと口大) 1kg
- [A] S&B セレクト トマト煮込み用シーズニング 10g
- [A] S&B コショウ 少々
- 玉ねぎ(みじん切り) 500g
- サラダ油 50g
- カゴメダイストマトソース 720g
- [B] S&B セレクト トマト煮込み用シーズニング 20g

作り方

- ① 鶏肉は【A】の
S&B セレクト トマト煮込み用シーズニング、
S&B コショウで下味をつける。
- ② フライパンにサラダ油(半量)を熱し、玉ねぎを
よく炒める。
- ③ 鍋に残りのサラダ油を熱し、鶏もも肉を炒める。
肉の色が変わったら、②、カゴメダイストマトソース、
【B】のS&B セレクト トマト煮込み用シーズニングを
加えてよく混ぜ、焦げないように注意しながら
10分ほど煮込む。

栄養価表 (1人分)	エネルギー	294kcal	脂質	19.7g	食塩相当量	1.9g
	たんぱく質	16.6g	炭水化物	10.4g		

日本食品標準成分表2015年版(七訂)
より

鶏肉のカレーケチャップ焼き タンドリーチキン



使用製品

カゴメ
トマトケチャップ
1kg



S&B
セレクト
辛くない
カレーアロマ
(カレーパウダー)
100g



S&B
おろし
しょうが
270g



ヨーグルトとカレー粉に漬け込んでしっとり柔らかな仕上がり。子どももおいしく食べられる辛さです。

材料 (10人分)

鶏もも肉	800g (40g×20切れ)
プレーンヨーグルト	150g
カゴメトマトケチャップ	80g
S&Bおろし生しょうが	12g
S&Bおろし生にんにく	8g
S&Bセレクト辛くないカレーアロマ(カレーパウダー)	15g
塩	5g

作り方

- 鶏肉は肉の厚い部分は包丁で切れ目を入れて均一にし、1切れ約40gになるように切る。
- 【A】を混ぜ合わせ、①の鶏肉をつけ、冷蔵庫で1時間以上おく。
- 230°Cのオーブンで15～20分焼く。

栄養価表 (1人分)	エネルギー	189kcal	脂質	12.0g	食塩相当量	1.0g
	たんぱく質	14.2g	炭水化物	4.0g		

日本食品標準成分表2015年版(七訂)より