

和風万能調味料メニュー別分量一覧

※あくまでも目安です。使用する食材、分量によって味に差が生じる場合がございます。

メニュー名	材料名	2人用	3人用	4人用
けんちん煮	水	80ml	120ml	160ml
	和風万能調味料	大1 1/3	大2	大2 2/3
かつとじ・みぞれハンバーグ	水	120ml	180ml	240ml
	和風万能調味料	大1 1/3	大2	大2 2/3
じゃが煮（具材が多い刻み昆布の煮もの）	水	170ml	220ml	300ml
	和風万能調味料	大1 1/3	大2	大2 2/3
きんぴら・甘辛炒め・鶏照り焼き・豚生姜焼き	和風万能調味料	大2	大3	大4
切干大根	水	150ml	200ml	270ml
	和風万能調味料	大1	大1 1/2	大2
さっぱり煮	水	150ml	200ml	270ml
	和風万能調味料	大1	大1 1/2	大2
	酢	大2/3	大1	大1 1/3
親子とじ	水	150ml	220ml	300ml
	和風万能調味料	大1 1/3	大2	大2 2/3
牛じゃが	水	170ml	220ml	300ml
	和風万能調味料	大2	大3	大4
親子丼	水	150ml	220ml	300ml
	和風万能調味料	大2	大3	大4
きんぴら<3品目>・肉野菜炒め	和風万能調味料	大1	大1 1/2	大2
刻み昆布の煮もの	水	120ml	150ml	200ml
	和風万能調味料	大2/3	大1	大1 1/3
ひじき煮	水	140ml	180ml	240ml
	和風万能調味料	大1	大1 1/2	大2
ごまあえ	和風万能調味料	大2/3	大1	大1 1/3
魚照り焼き・甘辛マヨ炒め（じゃが芋レンジ）・チャンプルー	和風万能調味料	大1 1/3	大2	大2 2/3
サーモン漬け丼	和風万能調味料	大2	大3	大4
牛丼	水	100ml	150ml	200ml
	和風万能調味料	大2	大3	大4
いり豆腐	水	40ml	50ml	70ml
	和風万能調味料	大1 1/3	大2	大2 2/3
なすとごぼうの煮もの	水	140ml	180ml	240ml
	和風万能調味料	大1 1/2	大2 1/3	大3
お豆の煮もの	水	100ml	150ml	200ml
	和風万能調味料	大1	大1 1/2	大2
和風スパゲティ（麺：1人100gの場合）	スパゲティのゆで汁	大2	大3	大4
	和風万能調味料	大1	大1 1/2	大2
すきやき風煮（副菜用）・牛肉豆腐	水	140ml	180ml	240ml
	和風万能調味料	大2	大3	大4
ポークソテー	和風万能調味料	大2	大3	大4
	ごま油	大2/3	大1	大1 1/3
	お好みでおろしにんにく	少々	少々	少々
ツナ大根	水	170ml	220ml	300ml
	和風万能調味料	大1	大1 1/2	大2
簡単うの花	水	100ml	150ml	200ml
	和風万能調味料	大2/3	大1	大1 1/3
豆腐の五目うま煮	水	170ml	220ml	300ml
	和風万能調味料	大2	大3	大4
	片栗粉	大1/2	大2/3	大1
いり豆腐	水	40ml	50ml	70ml
	和風万能調味料	大2	大3	大4
和風あんかけ	水	100ml	150ml	200ml
	和風万能調味料	大1 1/3	大2	大2 2/3
	片栗粉	大1/2	大2/3	大1
鶏肉のおろし煮	水	50ml	75ml	100ml
	和風万能調味料	大1 1/3	大2	大2 2/3
	酢	大2	大3	大4
かぼちゃと高野豆腐の含め煮・お袋煮（濃いめ）	水	220ml	300ml	400ml
	和風万能調味料	大1 1/3	大2	大2 2/3
お袋煮	水	220ml	300ml	400ml
	和風万能調味料	大1/2	大2/3	大1

牛鍋うどん	水	500ml	750ml	1000ml
	和風万能調味料	大4	大6	大8
きのこの炊き込みご飯	水	400ml	600ml	800ml
	和風万能調味料	大2	大3	大4
すまし汁	水	300ml	450ml	600ml
	和風万能調味料	大1 1/3	大2	大2 2/3
とろりんそぼろ大根	水	220ml	300ml	400ml
	和風万能調味料	大3	大4	大6
大根サラダ	和風万能調味料	大1	大1 1/2	大2
	酢	大1 1/3	大2	大2 2/3
	サラダ油	大1/2	大2/3	大1
五目春雨炒め	水	40ml	60ml	80ml
	和風万能調味料	大1 1/2	大2 1/3	大3
甘辛豚丼	和風万能調味料	大2	大3	大4
	お好みでおろし生姜	少々	少々	少々
ブロッコリーのおかかあえ	和風万能調味料	小1	小1	大2/3
鶏肉のカレーソテー	和風万能調味料	大2	大3	大4
	片栗粉	大1/2	大2/3	大1
大根のあっさり煮	水	200ml	300ml	400ml
	和風万能調味料	小1	大1/2	大2/3
	塩	小1/3	小1/2	小2/3
がんもとじゃが芋の煮もの	水	200ml	270ml	360ml
	和風万能調味料	大1 1/3	大2	大2 2/3
鍋焼きうどん	水	800ml	1200ml	1600ml
	和風万能調味料	大6	大9	大12
じゃが芋のうま煮	水	240ml	330ml	440ml
	和風万能調味料	大1 1/3	大2	大2 2/3
チャンプルー	和風万能調味料	大1 1/3	大2	大2 2/3
	こしょう	少々	少々	少々
野菜炒め	和風万能調味料	大1 1/3	大2	大2 2/3
	黒こしょう (あらびき)			
塩こぶ炒め	和風万能調味料	大2/3	大1	大1 1/3
豆腐野菜ハンバーグ	和風万能調味料	大1	大1 1/2	大2
和風スープ・すまし汁	水	400ml	600ml	800ml
	和風万能調味料	大1 2/3	大2 2/3	大3 1/2
ベーコンソース	和風万能調味料	大1	大1 1/2	大2
	酢	大1	大1 1/2	大2
	オリーブ油又サラダ油	大2/3	大1	大1 1/3
	黒こしょう (あらびき)	少々	少々	少々
ふわふわたまご炒め	和風万能調味料	大2/3	大1	大1 1/3
	塩	少々	少々	少々
	黒こしょう (あらびき)	少々	少々	少々
はちみつしょうゆのやわらか豚焼き肉	和風万能調味料	大1	大1 1/2	大2
	お好みでおろし生姜	少々	少々	少々
すき焼き風煮 (主菜用)	和風万能調味料	大2	大3	大4
豆腐サラダ	和風万能調味料	大1	大1 1/2	大2
	酢	大1 1/3	大2	大2 2/3
	ごま油	大1/2	大2/3	大1
	お好みでおろしにんにく	少々	少々	少々
和風ミニツツステーキ	和風万能調味料	大1 1/3	大2	大2 2/3
	お好みでおろしにんにく	少々	少々	少々
ベーコンドレッシング	和風万能調味料	大1/2	大2/3	大1
	サラダ油	大2/3	大1	大1 1/3
	酢	大2	大3	大4
	粗びき黒こしょう	少々	少々	少々
甘辛チキン	和風万能調味料	大1	大1 1/2	大2
	お好みでおろしにんにく	少々	少々	少々
ごまごま牛焼き肉	和風万能調味料	大1 1/3	大2	大2 2/3
	ごま油	大1	大1 1/2	大2
	お好みでおろしにんにく	少々	少々	少々
おかかあえ	和風万能調味料	大1/2	大2/3	大1
牛肉の五目うま煮 ※だし汁を水に変更 (分量はそのままでOK)	万能調味料	大1 2/3	大2 1/2	大3 1/3

※だし汁を水に変更 (分量はそのままでOK) → 万能調味料を使用する場合のレシピに表記しているだし汁を水に変更してください