

Merrychef(メリーシェフ)調理例

メニュー	温度 (℃)	調理時間 (分:秒)	マイクロウェーブ (%)	ファン (%)	備考 (歩留り等)
魚					
鯛グリル	275	1:30	60	80	
鯖グリル	275	1:30	50	55	70g
鯖グリル	275	1:45	55	60	152→130g
鮭グリル	275	1:30	50	90	67→55g
鮭グリル	275	0:50	55	100	31→25g
鯖西京漬け	275	1:10	50	55	70g
ほっけ焼き	275	2:30	70	100	232→193g
肉					
チキングリル	275	2:35	65	35	260g
ステーキ(ミディアムレア)	275	2:00	30	70	225→206g
ステーキ(ミディアム)	275	2:10	30	70	2cm厚
ポークソテー(1cm厚)	275	1:50	100	80	115→92g
ハンバーグ-1	275	0:15	0	80	
ハンバーグ-2	275	2:00	80	10	
トースト・ピザ・その他					
ハムチーズトースト	275	0:30	70	70	6ツ切
フランクフルトバゲット	275	0:50	70	50	
フランクドッグ	275	0:20	90	70	
フレンチトースト	275	1:45	65	80	
ピザ(冷凍)	275	1:20	70	100	
グラタン	275	1:30	80	80	
オニオングラタンスープ	275	1:30	30	100	120g
スイートポテト(冷凍)	275	1:40	50	70	80g
フォンダンショコラ(冷凍)	275	1:10	20	70	
ハッシュドポテト(冷凍)	275	0:50	90	100	65→58g
鳥唐揚(冷凍)30g×5	275	1:20	100	100	150→133g
アメリカンドッグ(冷凍)	275	0:50	90	100	60→56g