

献立名

スパゲティサンド

コード

食品名	使用量 (g)	可食量 (g)	下処理及び作り方
ロールパン	35	35	<下処理> ベーコン 細切り ロールパン 切り目を入れる スパゲティ 茹でる たまねぎ 薄切り パセリ みじん切りにし、熱湯に通す <作り方> (1) ベーコン、たまねぎを炒め、スパゲティ、パセリを加え、トマトケチャップで調味する。 (2) ロールパンにマーガリンを塗り、(1)をはさむ。 ※ 3歳未満児はロールパンが食べにくいと思われるので、パンは子どもたちが食べやすいパンを検討しながら使用する。
マーガリン	4	4	
ベーコン	3	3	
スパゲティ(乾)	5	5	
たまねぎ	11	10.3	
パセリ	0.6	0.5	
植物油	0.5	0.5	
トマトケチャップ	5	5	

エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (レチノール 当量)(μ g)	ビタミンB ₁ (mg)	ビタミンB ₂ (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	ナトリウム (食塩相当 量)(g)
187	4.8	8.2	22	0.4	85	0.07	0.03	3	1.1	0.7

平成18年度改正