献立名	ポテトサラダ	コード	[redacted]

食品名	使用量（g）	可食量（g）	下処理及び作り方
鶏卵	17	14.4	＜下処理＞ 鶏卵　消毒し、茹でて、粗みじん切り ロースハム　角切りにし、茹でる じゃがいも　大きめに切り、水にさらし、茹でて、つぶす にんじん　いちょう切りにし、茹でる きゅうり　消毒して、輪切りにし、軽く塩をしてしぼる りんご　消毒して、いちょう切りにし、うすい塩水に通す ＜作り方＞ (1)　加熱した食材は、十分冷ます。 (2)　ハム、じゃがいも、にんじん、きゅうり、りんご、鶏卵を混ぜ合わせ、マヨネーズで和える。
ロースハム	7	7	
じゃがいも	45	40.5	
にんじん	10	9.7	
きゅうり	10	9.8	
食塩（塩もみ用）	0.1		
りんご	12	10.2	
マヨネーズ	7	7	

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）（μg）	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）
126	3.9	7.8	15	0.5	174	0.10	0.09	20	1.0	0.4

平成19年度改正