献立名　きゅうりとだいこんのカレーマリネ　コード [redacted]

食品名	使用量（g）	可食量（g）
きゅうり	20	19.6
食塩（塩もみ用）	0.2	
だいこん	20	18
Ⓐ レモン（汁使用）	5	2
植物油	2	2
砂糖	0.3	0.3
食塩	0.2	0.2
こしょう	0.01	0.01
カレー粉	0.06	0.06

下処理及び作り方

＜下処理＞

きゅうり　消毒して、輪切りにし、軽く塩をして、しぼる

だいこん　薄めのいちょう切りにし、茹でる

レモン　消毒して、しぼる

＜作り方＞

(1)　加熱した食材は、十分冷ます。

(2)　Ⓐを合わせて、ドレッシングを作る。

(3)　きゅうり、だいこんを(2)で和える。

※ 2004年度 新献立

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）
27	0.3	2.1	11	0.1	6	0.01	0.01	7	0.6	0.2

平成25年度改正