献立名	ひじきのコロコロ揚げ	分　類	[redacted]

食　品　名	使用量（g）	可食量（g）
ほしひじき	1.7	1.7
だいず（ゆで）	13	13
さつまいも	13	11.7
砂糖	1.7	1.7
小麦粉（薄力粉）	13	13
鶏卵	4	3.4
水	5	5
食塩	0.2	0.2
植物油（揚げ吸油分）15%		8

＜下処理＞

鶏卵　　消毒をし、割りほぐす

だいず（ゆで）　洗って、水を切る

さつまいも　　皮をむき、小さめの角切りにし、水にさらし、アクをとる
※だいずと同じ位の大きさ

ほしひじき　　水で戻し、短めに切る

＜作り方＞

(1)　鶏卵、小麦粉、水、砂糖、塩を合わせて衣を作る。

(2)　ひじき、だいず、さつまいもを加え、混ぜ合わせる。衣が固いようであれば、水を加える。

(3)　植物油を熱し、スプーンなどで、一口大に落として揚げる。

※　誤嚥に注意する。

※2016年度　給食検討委員会

令和2年度改正