

献立名

シーフードスパゲティ

コード

食品名	使用量 (g)	可食量 (g)	下処理及び作り方
スパゲティ(乾)	45	45	<p>&lt;下処理&gt;</p> <p>スパゲティ(乾) 茹でて、植物油をまぶす</p> <p>ベーコン 薄切り</p> <p>むきえび(冷凍) 流水で洗う。えびが大きい場合は、食べやすい大きさに切る</p> <p>あさり水煮(缶詰) 缶を消毒し、汁を切る</p> <p>たまねぎ 薄切り</p> <p>にんじん } 線切り</p> <p>ピーマン } 線切り</p> <p>&lt;作り方&gt;</p> <p>(1) 植物油でベーコン、たまねぎ、にんじんをよく炒めて、ピーマン、むきえび、あさり水煮を加えて、さらに炒める。</p> <p>(2) 食塩、こしょう、コンソメ、ガーリックパウダーで調味し、スパゲティを混ぜ合わせる。</p> <p>(3) 器にスパゲティを盛り、粉チーズをふる。</p> <p>※ アレルギー対応時には、スパゲティ、ベーコンの使用原材料を確認する。</p> <p>※2004(平成16)年度 移行</p>
植物油(まぶし用)	0.5	0.5	
ベーコン	10	10	
むきえび(冷凍)	10	10	
あさり水煮(缶詰)	10	10	
たまねぎ	30	28.2	
にんじん	15	14.6	
ピーマン	6	5.1	
植物油	1	1	
食塩	0.4	0.4	
こしょう	0.01	0.01	
コンソメ	0.4	0.4	
ガーリックパウダー	0.05	0.05	
粉チーズ	1	1	

令和2年度改正