献立名	冷拌麺（リャンバンメン）	コード	[redacted]

食品名	使用量（g）	可食量（g）
干し中華めん（乾）	45	45
植物油	0.5	0.5
鶏卵	17	14.4
砂糖	0.5	0.5
食塩	0.1	0.1
焼き豚	15	15
トマト	32	31
きゅうり	15	14.7
乾しいたけ	1	0.8
しいたけもどし汁	10	10
砂糖	0.4	0.4
こいくちしょうゆ	0.2	0.2
すりごま	0.5	0.5
鳥がらだし	70	70
鳥がら（だし用）	25	
砂糖	5	5
食酢	4	4
こいくちしょうゆ	9	9
ごま油	1	1

下処理及び作り方

＜下処理＞

鳥がら（だし用）（下処理済のもの）　一度 湯通しし、たっぷりの水を入れる。沸騰したら弱火にし、こまめにアクを取りながら、ゆっくり煮出す。

鶏卵　消毒し、割りほぐし、薄焼きにし、線切り

焼き豚　線切りにし、茹でる

干し中華めん　茹でて、植物油をまぶす

トマト　消毒し、薄いくし形切り

きゅうり　消毒し、線切り

乾しいたけ　水洗いし、ゴミを取り除き、もどして、石づきを取り、線切り

＜作り方＞

(1)　だし汁に砂糖、こいくちしょうゆ、食酢を加え、一煮する。

(2)　ごま油を加えて、冷ます。

(3)　乾しいたけをもどし汁、砂糖、こいくちしょうゆで煮る。

(4)　器に中華めんを盛り、焼き豚、しいたけ、きゅうり、薄焼き卵、トマトを飾り、(2)をかけ、ごまをふる。

※　鶏卵は、炒り卵、又は、茹で卵でもよい。
※　干し中華めんの代わりに，ゆで中華めんを使用する場合は，110g。
※　アレルギー対応時には、中華めん、焼き豚の使用原材料を確認する。
※2004（平成16）年度　移行

令和2年度改正