献立名	肉団子と野菜のスープ	コード	[redacted]

食品名	使用量（g）	可食量（g）
鶏ひき肉	30	30
鶏卵	5	4.3
しょうが	0.6	0.5
食塩	0.2	0.2
かたくり粉	1	1
はくさい	56	52.6
たまねぎ	22	20.7
にんじん	20	19.4
パセリ	1	1
鳥がらだし	150	150
鳥がら（だし用）	50	
食塩	0.5	0.5
こいくちしょうゆ	1.5	1.5

下処理及び作り方

＜下処理＞

鶏卵	消毒し、割りほぐす
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。
しょうが	すりおろし、しぼる
はくさい	茎と葉に分けて線切り
たまねぎ	薄切り
にんじん	いちょう切り
パセリ	みじん切り

＜作り方＞

(1)　鶏ひき肉にしょうが汁、鶏卵、食塩、かたくり粉を加え、よく混ぜ合わす。

(2)　だし汁ににんじん、たまねぎ、はくさいの茎を入れ、(1)を団子にして入れていく。

(3)　はくさいの葉を加え、食塩、こいくちしょうゆで調味し、パセリを入れて、火を通す。

※　アクはこまめに取ること

令和2年度改正