

献立名

チンゲンサイのミルクスープ

コード

食品名	使用量 (g)	可食量 (g)	下処理及び作り方
ベーコン	5	5	<下処理> ベーコン 線切り チンゲンサイ 2cm程度に切る (茎と葉に分けておく) たまねぎ } 線切り にんじん } コーン, ホール(缶詰) 缶を消毒し、汁をきる スキムミルク めるま湯で溶く
チンゲンサイ	20	17	
たまねぎ	25	23.5	
にんじん	20	19.4	
コーン, ホール(缶詰)	7	7	
植物油	1	1	
A { コンソメ	0.4	0.4	
水	130	130	
バター	3	3	
小麦粉(薄力粉)	3	3	
スキムミルク	2	2	<作り方> (1) ホワイトソースを作る。 (バターで小麦粉をよく炒め、スキム液を少しずつ入れ、のばす。) (2) 植物油でベーコン、たまねぎ、にんじん、チンゲンサイの茎をよく炒め、Aを加え煮る。 (3) 材料がやわらかくなったらコーンを加え、ホワイトソースを入れる。 (4) (3)にチンゲンサイの葉を加え、さっと煮る。 (5) 食塩、こしょうで調味する。  ※ アレルギー対応時には、ベーコンの使用原材料を確認する。  ※ 2011(平成23)年度 新献立
水(湯)	20	20	
食塩	0.4	0.4	
こしょう	0.01	0.01	

令和2年度改正