

献立名

にら玉スープ(未満児用)

コード

食品名	使用量 (g)	可食量 (g)	下処理及び作り方
鶏卵	14	11.9	<p><下処理></p> <p>鳥がら(だし用) 一度湯通しし、たっぷりの水を入れる。 (下処理済のもの) 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。</p> <p>鶏卵 消毒し、割りほぐす</p> <p>にら 1cmに切る</p> <p><作り方></p> <p>(1) 植物油でにらを炒める。</p> <p>(2) だし汁を食塩、こいくちしょうゆで調味する。</p> <p>(3) 鶏卵を流し入れ、にらを加え、火を通す。</p> <p>※2004(平成16)年度 移行</p>
にら	5	4.7	
植物油	0.5	0.5	
鳥がらだし	100	100	
鳥がら(だし用)	30		
食塩	0.3	0.3	
こいくちしょうゆ	1	1	

令和2年度改正