献立名	すきやき	コード	[redacted]

食品名	使用量（g）	可食量（g）
牛肉	23	23
焼き豆腐	32	32
しらたき	9	9
はくさい	36	33.8
たまねぎ	27	25.4
にんじん	15	14.6
えのきたけ	9	7.7
青ねぎ	10	9.4
植物油	1.8	1.8
砂糖	3.4	3.4
こいくちしょうゆ	4.5	4.5

下処理及び作り方

＜下処理＞

焼き豆腐　角切り

しらたき　短く切って、茹でる

はくさい　葉と茎に分け、それぞれを大きめに切る

たまねぎ　薄切り

にんじん　線切り

えのきたけ　石づきを取り、半分切り

青ねぎ　3cm幅に切る

＜作り方＞

(1)　植物油で牛肉を炒め、砂糖、こいくちしょうゆで調味する。

(2)　しらたき、にんじん、はくさいの茎、たまねぎ、焼き豆腐を加え、煮込む。

(3)　えのきたけ、はくさいの葉、青ねぎを加え火を通す。

※2004（平成16）年度　移行

令和2年度改正