献立名	ビーフストロガノフ	コード	[redacted]

食品名	使用量（g）	可食量（g）
牛肉	40	40
小麦粉（薄力粉）	3	3
食塩	0.3	0.3
こしょう	0.01	0.01
たまねぎ	44	41.3
にんじん	20	19.4
ピーマン	6	5.1
マッシュルーム（缶詰）	5	5
植物油	2	2
鳥がらだし	70	70
鳥がら（だし用）	30	
固型コンソメ	0.5	0.5
トマトピューレー	9	9
生クリーム（植物性）	2	2
スキムミルク	2	2
水	10	10

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。

牛肉　食塩、こしょうをふる

たまねぎ　くし型切り

にんじん　短冊切り

ピーマン　線切り

ﾏｯｼｭﾙｰﾑ（缶詰）　缶を消毒し、汁をきり、薄切り

スキムミルク　分量の水で溶く

＜作り方＞

(1)　植物油でたまねぎを十分に炒め、牛肉を加えて炒める。

(2)　小麦粉をふり入れて、炒める。

(3)　だし汁、にんじん、マッシュルームを加え煮る。

(4)　トマトピューレー、コンソメを加え、とろみがつくまで、煮込む。

(5)　スキム液、生クリームを加える。

(6)　ピーマンを入れて、火を通す。

※　アレルギー対応時には、生クリーム（植物性）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