献立名	牛肉の柳川煮	コード	[redacted]

食品名	使用量（g）	可食量（g）
牛肉（線切り）	12	12
鶏卵	29	24.6
ごぼう	19	17.1
たまねぎ	17	15.9
にんじん	16	15.5
しらたき	15	15
青ねぎ	6	5.6
植物油	2	2
かつおだし	30	30
かつお節（だし用）	0.5	
砂糖	1.5	1.5
本みりん	1	1
食塩	0.1	0.1
こいくちしょうゆ	2.5	2.5

下処理及び作り方

＜下処理＞

鶏卵　消毒し、割りほぐす

かつお節(だし用)　沸騰した湯を弱火にし、沸騰をおさえた後、かつお節を入れる。沈んだら取り出す。

ごぼう　ささがきにして茹でる

たまねぎ　薄切り

にんじん　線切り

しらたき　短く切って、茹でる

青ねぎ　小口切り

＜作り方＞

(1)　植物油で牛肉、たまねぎ、ごぼう、にんじん、しらたきを炒める。

(2)　だし汁を入れ、砂糖、本みりん、食塩、こいくちしょうゆで調味し煮る。

(3)　青ねぎを加え、鶏卵を流し入れ、弱火で煮込み火を通す。

※2004（平成16）年度　移行

令和2年度改正