献立名	ツナとかぼちゃの落とし揚げ	コード	[redacted]

食品名	使用量（g）	可食量（g）
まぐろ油漬け（缶詰）	18	18
かぼちゃ	36	32.4
たまねぎ	24	22.6
パセリ	1.2	1.1
粉チーズ	2.4	2.4
食塩	0.1	0.1
こしょう	0.01	0.01
小麦粉（薄力粉）	12	12
植物油（揚げ油吸油分）10%		9

下処理及び作り方

＜下処理＞

まぐろ油漬け	缶を消毒し、油切りし、ほぐす
かぼちゃ	茹でる
たまねぎ	荒みじん切り
パセリ	みじん切り

＜作り方＞

(1)　かぼちゃは荒くつぶし、冷ます。

(2)　まぐろ油漬け（缶詰）、かぼちゃ、たまねぎに、パセリ、粉チーズ、食塩、こしょうを加え、混ぜ合わせる。

(3)　(2)に小麦粉を加えて全体をよく混ぜる。

(4)　(3)を一口大に丸めて、色よく揚げる。

※　かぼちゃは茹ですぎないこと。

※　2010（平成22）年度　新献立

令和2年度改正