献立名	マカロニグラタン	コード	[redacted]

食品名	使用量（g）	可食量（g）
鶏肉	15	15
マカロニ	6	6
たまねぎ	23	21.9
にんじん	11	10.5
しめじ	8	7.2
グリンピース（冷凍）	3	3
マーガリン	1	1
ローリエ（月桂樹の葉）	0.03	
マーガリン	4	4
小麦粉（薄力粉）	4	4
スキムミルク	7	7
鳥がらだし	50	50
鳥がら（だし用）	10	
パン粉	2	2
粉チーズ	2	2
食塩	0.4	0.4
こしょう	0.01	0.01

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。ローリエなどを一緒に入れ、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。

マカロニ、グリンピース（冷）　茹でる

たまねぎ　薄切り

にんじん　細めの短冊切り

しめじ　石づきをとり、1cm位に切る

スキムミルク　だし汁（20～30g）で溶く

＜作り方＞

(1)　ホワイトソースを作る。
（マーガリンで小麦粉をよく炒め、スキム液を少しずつ入れ、のばす。）

(2)　マーガリンで鶏肉、にんじん、たまねぎを十分炒め、しめじと残りのだし汁を加え、煮る。食塩、こしょうで調味し、グリンピースを加える。

(3)　(1)、(2)、マカロニを混ぜ合わせる。

(4)　(3)の上にパン粉、粉チーズをふり、オーブンで色付く程度に焼く。

※　器はアルミカップを利用してもよい。

※　アレルギー対応時には、マーガリン、パン粉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