

献立名

魚のごまマヨネーズ焼き

コード

食品名	使用量 (g)	可食量 (g)	下処理及び作り方
魚(切り身)	40	40	<p>&lt;下処理&gt;</p> <p>魚(切り身) 流水で洗い、清酒をふる</p> <p>ベーコン 1cm幅に切る</p> <p>えのきたけ 石づきをとり、適当な長さに切る</p> <p>しめじ 石づきをとり、小房にわけ</p> <p>パセリ みじん切り</p> <p>&lt;作り方&gt;</p> <p>(1) ベーコン、しめじ、えのきたけを炒める。</p> <p>(2) (1)とAと合わせる</p> <p>(3) アルミカップに魚を入れ、焼く。</p> <p>(4) (3)の上に(2)をのせ、パセリを散らし、オーブンで焼く。</p> <p>※ ソースが固いようであれば水または牛乳を加える。</p> <p>※ アレルギー対応時には、ベーコン、マヨネーズの使用原材料を確認する。</p> <p style="text-align: right;">※ 2003(平成15)年度 新献立</p>
清酒	1	1	
ベーコン	5	5	
えのきたけ	5	4.2	
しめじ	5	4.5	
パセリ	0.5	0.4	
植物油	1	1	
砂糖	0.8	0.8	
こいくちしょうゆ	0.8	0.8	
A 米みそ	0.8	0.8	
マヨネーズ	5	5	
すりごま	7	7	

令和2年度改正