献立名	鮭のチャンチャン焼き	コード	[redacted]

食品名	使用量（g）	可食量（g）
さけ	40	40
食塩	0.2	0.2
清酒	2	2
キャベツ	13	11.1
たまねぎ	8	7.5
にんじん	8	7.7
ブロッコリー	15	11.2
根深ねぎ	5	4.7
しめじ	6	5.4
バター	1.7	1.7
米みそ	2.5	2.5
麦みそ	2.5	2.5
清酒	2.5	2.5
本みりん	1.5	1.5
砂糖	1	1

＜下処理＞

さけ　流水で洗い、食塩、清酒で下味をつける

キャベツ
にんじん　線切り

たまねぎ　薄切り

ブロッコリー　子房に分け、茹でる

根深ねぎ　小口切り

しめじ　石づきをとり、子房にわける

＜作り方＞

(1)　みそ、清酒、本みりん、砂糖を混ぜ合わせる。

(2)　バターでにんじん、たまねぎ、しめじ、キャベツ、根深ねぎを炒め、(1)で調味する。

(3)　アルミカップにさけを入れ、オーブンで焼く。

(4)　(3)の上に(2)、ブロッコリーをのせて、さらに焼く。

※　2009（平成21）年度　新献立

令和2年度改正