


献立名

アスパラとエリンギの炒め物

コード

食品名	使用量 (g)	可食量 (g)	下処理及び作り方
ロースハム	8	8	<p><下処理></p> <p>ロースハム 線切り</p> <p>グリーンアスパラ 根元の皮の固い部分は、ピーラーでむき、3~4cm幅に切り、茹でる</p> <p>たまねぎ 薄切り</p> <p>エリンギ 薄切り</p> <p>コーン, ホール(缶詰) 缶を消毒し、汁を切る</p> <p><作り方></p> <p>(1) バターでロースハム、たまねぎ、エリンギ、コーンを炒める。</p> <p>(2) グリーンアスパラを加えて炒め、粉チーズ、清酒、こいくちしょうゆ、食塩、こしょうで調味する。</p>  <p>※ アレルギー対応時には、ロースハムの使用原材料を確認する。</p> <p>※ 2009(平成21)年度 新献立</p>
グリーンアスパラ	25	20	
たまねぎ	20	18.8	
エリンギ	15	13.8	
コーン, ホール(缶詰)	10	10	
バター	1.5	1.5	
粉チーズ	1.6	1.6	
清酒	1	1	
こいくちしょうゆ	0.1	0.1	
食塩	0.1	0.1	
こしょう	0.01	0.01	

令和2年度改正