

献立名

いんげんのソテー

コード

食 品 名	使用量 (g)	可食量 (g)	下 処 理 及 び 作 り 方
さやいんげん	15	14.6	<div>&lt;下処理&gt;</div> <div>さやいんげん    3cm位に切り、ゆでる</div> <div>&lt;作り方&gt;</div> <div>(1)    バターで、いんげんを炒める。</div> <div>※    下処理でゆでる時、茹ですぎないように          注意する。</div>
バター	0.5	0.5	