

献立名

スプリングサラダ

コード

食品名	使用量 (g)	可食量 (g)	下処理及び作り方
鶏卵	17	14.8	<p><下処理></p> <p>鶏卵 消毒し、茹でる(レシピコード22001参照) 黄身1/3を裏ごしし、残りをみじん切り</p> <p>ロースハム 角切りにし、茹でる</p> <p>じゃがいも 大きめに切り、水にさらし、茹でて、つぶす</p> <p>キャベツ 線切りにし、茹でて、しぼる</p> <p>きゅうり 消毒して、輪切りにし、軽く塩をしてしぼる</p> <p>パセリ みじん切りにし、熱湯に通す</p> <p>コーン、ホール(缶詰) 缶を消毒し、汁をきる</p> <p>サニーレタス 消毒し、ちぎる</p> <p><作り方></p> <p>(1) 加熱した食材は、十分冷ます。</p> <p>(2) ロースハム、みじん切りした鶏卵、じゃがいも、キャベツ、きゅうり、コーン、パセリをマヨネーズで和える。</p> <p>(3) 器にレタスを置いて、(2)をのせ、上に裏ごしした黄身を飾る。</p> <p>※ アレルギー対応時には、ロースハム、マヨネーズの使用原材料を確認する。</p> <p>※2004(平成16)年度 移行</p>
ロースハム	10	10	
じゃがいも	35	31.5	
キャベツ	20	17	
きゅうり	10	9.8	
食塩(塩もみ用)	0.1		
コーン、ホール(缶詰)	10	10	
サニーレタス	7	6.5	
パセリ	0.5	0.45	
マヨネーズ	7	7	

令和2年度改正