

献立名

さつま芋とチーズのサラダ

コード

食品名	使用量 (g)	可食量 (g)	下処理及び作り方
ロースハム	7	7	<p><下処理></p> <p>ロースハム 角切りにし、茹でる</p> <p>チーズ 角切り</p> <p>さつま芋 1cmの角切りにして、水にさらしアクをとり、茹でる</p> <p>きゅうり 消毒して、いちょう切りにし、軽く塩をしてしぼる</p> <p>レモン 消毒して、しぼる</p> <p><作り方></p> <p>(1) 加熱した食材は、十分冷ます。</p> <p>(2) ①を混ぜ合わせ、ソースを作る。</p> <p>(3) さつま芋、きゅうり、ロースハム、チーズを(2)で和える。</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>※ 2005(平成17)年度 新献立</p>
チーズ	10	10	
さつまいも	50	45	
きゅうり	25	24.5	
食塩(塩もみ用)	0.2		
牛乳	2.5	2.5	
レモン(汁使用)	3	1.2	
① こいくちしょうゆ	1	1	
マヨネーズ	6	6	
こしょう	0.01	0.01	