献立名	ごま酢和え	コード	[redacted]

食品名	使用量（g）	可食量（g）
キャベツ	30	30
きゅうり	10	9.8
食塩（塩もみ用）	0.1	
にんじん	9	8.6
しらす干し	2	2
すりごま	1	1
砂糖	1	1
食酢	1.5	1.5
こいくちしょうゆ	0.5	0.5

下処理及び作り方

＜下処理＞

キャベツ　線切りし、茹でてしぼる

きゅうり　消毒して、線切りにし、軽く塩をしてしぼる

にんじん　線切りにし、茹でる

しらす干し　ゴミをとり、熱湯に通す

＜作り方＞

(1)　加熱した食材は、十分冷ます。

(2)　すりごま、砂糖、食酢、こいくちしょうゆを合わせ合わせ酢をつくる。

(3)　キャベツ、にんじん、きゅうり、しらす干しを(2)で和える。

※　甲殻アレルギー対応時には、しらす干しへのエビ・カニ等の混入に注意

※2004（平成16）年度　移行

令和2年度改正