献立名	納豆和え	コード	[redacted]

食　品　名	使用量（g）	可食量（g）
鶏卵	10	8.5
植物油	0.5	0.5
挽きわり納豆	6	6
しらす干し	3	3
ほうれんそう（生）	38	36.1
こいくちしょうゆ	1.5	1.5
かつおだし	1.5	1.5
かつお節（だし用）	0.2	

下　処　理　及　び　作　り　方

＜下処理＞

かつお節(だし用)　だし汁をとる
（沸騰した湯を弱火にし、沸騰をおさえた後、かつお節を入れる。沈んだら取り出す。）

鶏卵　消毒し、割りほぐし、炒り卵にする

ほうれんそう（生）
茹でて、水にさらし、1.5cm位に切りしぼる

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)　こいくちしょうゆ、だし汁を合わせ、たれをつくる。

(3)　挽きわり納豆、ほうれんそう、しらす干し、炒り卵を(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，カニの混入に注意する

※2004（平成16）年度　移行

令和2年度改正