

献立名

さつまいもと柿のサラダ

コード

食品名	使用量 (g)	可食量 (g)	下処理及び作り方
さつまいも	42	38.2	<p>&lt;下処理&gt;</p> <p>さつまいも 1cmの角切りにして、水にさらし アクをとり、茹でる</p> <p>かき 消毒して、種をとり、線切り</p> <p>干しぶどう 熱湯に通す</p> <p>きゅうり 消毒して、半月切りにし、 軽く塩をしてしぼる</p> <p>&lt;作り方&gt;</p> <p>(1) 加熱した食材は、十分冷ます。</p> <p>(2) プレーンヨーグルト、マヨネーズ、レモン汁、 食塩を合わせる</p> <p>(3) さつまいも、かき、干しぶどう、きゅうりを 合わせて、(2)で和える</p> <p>※ 配食直前に和える。</p> <p>※ 柿は種なしを利用するとよい。</p> <p>※ アレルギー対応時には、マヨネーズの使用 原材料を確認する。</p>
かき	12	10.9	
干しぶどう	3.5	3.5	
きゅうり	12	11.8	
食塩(塩もみ用)			
プレーンヨーグルト	5	5	
マヨネーズ	3	3	
レモン汁	0.7	0.7	
食塩	0.2	0.2	