

献立名

お花ごはん

コード

食品名	使用量 (g)	可食量 (g)	下処理及び作り方
精白米	40	40	<p><下処理></p> <p>精白米 洗い、水に浸す</p> <p>さけフレーク ほぐす</p> <p>にんじん みじん切り</p> <p>グリーンピース(冷凍) 茹でる</p> <p><作り方></p> <p>(1) 精白米ににんじん、食塩、清酒、水を入れて炊く。</p> <p>(2) (1)にさけフレークを入れ、よく混ぜ、グリーンピースを散らす。</p> <p>※ 未満児の量は、以上児の0.7です。</p> <p>※2004(平成16)年度 移行</p>
さけフレーク	4.5	4.5	
にんじん	3	2.9	
グリーンピース(冷凍)	1.5	1.5	
食塩	0.3	0.3	
清酒	1	1	
水			