[ｴﾈﾙｷﾞｰ:589kcal　たん白質:19.3g　脂質:12.5g　食塩:4.7g]

配食

１２０分　９０分　６０分　３０分　０分　３０分

たかな飯

45cm平鍋

コンロ1

①たかな漬けを細かく刻む。
②鍋に油をひき、いり卵を作る。
③鍋に油をひき、たかな漬けを炒め、薄口醤油で調味する。
④ご飯が炊き上がったら、たかな漬けといり卵を混ぜる。

たかなめし(50人分)
米　3.5kg
高菜漬け　1250g
卵　25個　油　100g
薄口醤油　150g　いりごま　100g

配食時の目安
２００ｇ弱
必ず相手に量を聞くこと
ゴマをふりかける

小袖だご汁

下調理(50人分)
若鶏・もも　1kg　水　9L+3L
人参　780g　いちょう切り　顆粒だし　50g
干椎茸　125g　もどして細切り　味噌　900g
油揚げ　250g　細切り
ごぼう　555ｇ　斜め切り
里芋(冷)　750g
小ネギ　170g　小口切り

45cm平鍋　煮る→保温

コンロ1・2

①鍋に水を入れ、鶏肉、人参、干椎茸、油揚げ、ごぼう、顆粒だしを加え、柔らかくなるまで煮る。さらに里芋を加える。
②団子の生地を小袖の形に丸めたものを1つずつ加え浮き上がってくるまで煮る。
③団子に火が通ったら、味噌を加える。

配食時の目安
お玉で２杯注ぐ。小ネギをちらす
具材が偏らないようにする。
必ず相手に量を聞くこと。

だんご(50人分)
さつま芋　1950g
薄力粉　1kg　脱脂粉乳　100g
さつま芋は皮をむき茹でてつぶす。
つぶしたさつま芋に小麦粉、脱脂粉乳に茹で汁を加え、耳たぶ位の硬さにねる。

包丁、まな板、テーブルは使う前に70%アルコールで消毒!!

キャベツと人参のレモン和え

下調理(50人分)
キャベツ　1770g　一口大に切る。
人参　520g　タテに4等分または2等分してスライサーでいちょう切り
レモン　250g　タテに8等分していちょう切り
食塩　20g

ボール　もむ

①キャベツ、人参、レモンを切る。
②キャベツ、人参を袋にいれて塩をまぶし、もむ
③手袋をしてキッチンネットを用いて水気をしぼり、レモンを加えて混ぜ合わせて盛り付ける。

配食時の目安
トング1つかみ

衛生管理について
・生のまま食べる野菜は次亜塩素酸（200mg/L）に5分間浸して、流水で洗う。
・机、まな板、包丁は70%アルコールで消毒。
・出来上がったもの、生のまま提供するものを扱う際には手袋、マスクをする。