



人参レモン風味

**調理機器：スチーム
コンベクション
オーブン**

材料	一人分量	使用量30人分	切り方	調理方法等
	g	g		
ささみフレーク（水煮）	10	300		① 人参・玉ねぎ・ささみフレーク水煮と調味料を すべてボールで合わせて、混ぜる。
人参	30	900	千切り	
玉ねぎ	10	300	千切り	② パレットに合わせた材料を入れ、スチームコンベクション オーブンで加熱する。 【コンビスチーム 180℃ 10分 湿度100%】
油	0.3	9		
食塩	0.2	6		③ 加熱が終了したら、中心温度を確認する。
こしょう	0.01	0.3		
レモン果汁	1	30		
食酢	1	30		
砂糖	1	30		

※赤字の食品は大阪府学校給食会の取り扱い物資です。