



タットリタン

【調理機器】
回転釜

食品名	1人分 単位	30人分 単位	切り方等	調理方法等
鶏もも肉	20 g	600 g	一口大 (約10g)	① 人参は1cmのいちょう切り、玉ねぎは 1.5cmのくし切り、じゃがいもは2cmの 角切りにする。
じゃがいも	70 g	2100 g	角切り	
白ねぎ	10 g	300 g	ななめ切り	② 白ねぎは1cmのななめ切り、にんにくと土 しょうがはみじん切りにする。
にんじん	20 g	600 g	いちょう	
玉ねぎ	45 g	1350 g	くし切り	③ 釜に油を入れ、にんにくとしょうがを炒める。
にんにく	0.1 g	3 g	みじん切り	
しょうが	0.4 g	12 g	みじん切り	④ 鶏肉を入れ、炒める。
炒め油	1 g	30 g		⑤ 玉ねぎ、人参を加え、炒める。
鶏がらスープ	7 g	210 g		⑥ 水、鶏がらスープ、あわせた調味料とじゃ がいもを加え煮込む。
水	30 g	900 g		
砂糖	2.5 g	75 g		⑦ じゃがいもが柔らかくなれば、最後に 白ねぎを加え煮る。
濃口しょうゆ	4 g	120 g		
コチュジャン	1.5 g	45 g		⑧ 中心温度を測る。

※赤字の食品は大阪府学校給食会の取り扱い物資です。