

料理名	<b>米粉マカロニのスープ</b>	小麦
-----	-------------------	----

アレルギー原因食物	卵 ×	乳製品 ×	小麦 ×	えび ×	かに ×	ピーナッツ ×	そば ×
-----------	--------	----------	---------	---------	---------	------------	---------

対応の工夫	調理作業工程での工夫 ・ <b>食品選定・調理方法による工夫</b>
-------	------------------------------------

食品名	1人当たり 可食量g	作り方
☆ベーコン	10	① キャベツは色紙切り、たまねぎ、にんじんは角切り、パセリはみじん切りにする。 ② 鍋に油を熱し、たまねぎを十分に炒め、ベーコンを加える。 ③ 水、鶏がらスープを入れ、にんじん、キャベツ、ホールコーンを順に加え煮る。塩、こしょうで調味する。 ④ 米粉マカロニはゆでておく。 ⑤ 米粉マカロニ、パセリを加えて仕上げる。
米粉マカロニ	8	
キャベツ	15	
たまねぎ	25	
にんじん	10	
炒め油	0.9	
ホールコーン	10	
パセリ	0.5	
食塩	0.6	
こしょう	0.01	
鶏がらスープ	13	
水	120	

**\*ポイントなど**  
 マカロニの代わりに米粉マカロニを使用することで小麦除去の児童生徒も食べることができる。

注:加工食品である☆ベーコンには乳、卵等のアレルギー原因食物が使用されていることがあります。アレルギーフリーのベーコンの選定も考慮しましょう。

