献立名	ポテトの米粉グラタン
対応の工夫	小麦・乳　【不使用】

食品名	1人当たり可食量g
じゃがいも	65
たまねぎ	20
ツナ油漬	15
ツナ缶の油	0.5
食塩	0.3
こしょう	0.02
☆コンソメ	0.5
米粉	4
豆乳（無調整）	20
丸型アルミカップ	1枚

作り方

① じゃがいもは、2cm角程度の角切りにし、蒸す。たまねぎは、うす切りにする。

② 鍋に油を熱し、たまねぎ、ツナ油漬を炒める。

③ じゃがいも、豆乳、米粉、調味料を加えて混ぜ合わせる。

④ アルミカップに③を入れて焼く。

＊ポイントなど

- **加工食品であるコンソメには、乳、小麦等のアレルギー原因食物が使用されていることがあるので、アレルゲンフリーのコンソメの選定も考慮する。**
- **牛乳の代わりに、豆乳を使用する。**
- **小麦粉の代わりに、米粉を使用する。**

アレルギー原因食物（特定原材料）の使用		卵	乳製品	小麦	えび	かに	ピーナッツ	そば
	基本食	ー	ー	ー	ー	ー	ー	ー
	アレルギー対応食	ー	ー	ー	ー	ー	ー	ー