

病院給食


**栄養満点、カレーの香りで食欲増進
ステーキカレーセット**

ジューシーなステーキと、彩り豊かな野菜をライスの上に。スパイシーなカレーの香りと、見た目の華やかさが食欲をそそり、栄養もたっぷりです。ヒートサーブならルーもライスもホカホカのおいしさを提供できます。

1. ステーキカレー (DC1BY/GC15BY)
2. ミックスサラダ (G116SMC)
3. パンナコッタ (GC21PK)

1. ステーキカレー (DC1BY/GC15BY)

【材料】：1人分

米	70g
タマネギ	40g
にんじん	15g
カレールウ甘口	10g
カレールウ中辛	10g
ステーキ肉	80g
塩こしょう	少々
油	1g
南瓜	30g
なす	30g
油	3g
アスパラ	20g

【作り方】

- ① 白米にする。
- ② カレールウを作る。
- ③ ステーキ肉を塩こしょうして焼き、程よい大きさにカットする。
- ④ 南瓜は、大き目のくし切りにして、蒸す。
- ⑤ なすは、太目に細長く切り、素揚げにする。
- ⑥ アスパラは、茹でる。
- ⑦ 白米を盛り、ステーキと野菜をトッピングする。

病院給食

2.ミックスサラダ (G116SMC)

【材料】：1人分

レタス	10g
レッドオニオン	10g
ツナ	8g
ホールコーン	5g
プチトマト	1個
ドレッシング	8g

【作り方】

①盛り合わせサラダにする。プチトマトは、2等分にして飾る。

3.パンナコッタ (GC21PK)

【材料】：1人分

粉ゼラチン	1g
牛乳	60g
グラニュー糖	6g
生クリーム	25g
キウイ	25g
ブルーベリーソース	5g

【作り方】

- ①粉ゼラチン、牛乳、グラニュー糖、生クリームを火にかけて混ぜ合わせたのち、冷やし固める。
- ②キウイは、サイコロにカットする。
- ③パンナコッタの上にブルーベリーソースをかけて、その上にキウイを盛る。