

●ヨウ素制限献立

＝鶏肉の冷部煮（郷土料理）＝



●栄養成分（献立全体）



食材：肉



熱量 483kcal



タンパク質 20.8g



脂肪 3.2g



塩分 1.8g

●簡易情報

石川県金沢の郷土料理です。

付け合せの野菜は季節の野菜やお好みで変更してください。

デザートはゼリーは寒天を使用せず、ゼラチンで固めておりますので、全身アイソトープ治療を予定している方も同じメニューでお召し上がりいただけます。

＝材料・分量＝

白飯

材料名	分量（g）
御飯	160g

鶏肉の冷部煮

材料名	分量（g）
鶏もも肉（皮なし）	60g
小麦粉	3g
にんじん	20g
かぶ	40g
小松菜	20g
里芋	25g
しょうゆ	6g
砂糖	2g
みりん	1g
酒	1g
だし汁	40ml

きのこの柚香和え

材料名	分量（g）
しめじ	20g
しいたけ	10g
えのき茸	20g
三つ葉	5g
しょうゆ	0.3g
酢	2.5g
砂糖	3.5g
みりん	0.2g
だし汁	0.4g

漬物	
材料名	分量 (g)
茄子の塩漬け	15g
グレープゼリー	
材料名	分量 (g)
濃縮果汁 (グレープ)	12g
砂糖	2g
ゼラチン	1.3g
水	45ml
白桃 (缶詰)	10g
黄桃 (缶詰)	10g