



○ 使用製品 昆布液体だしS

○ 栄養成分表示(1人前)

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
154 kcal	2.7 g	0.3 g	33.7 g	0.2 g

この表示値は、目安です。

○ 材料 (1人前=191g)

- ご飯 90g
- 濃いだし汁(富士印) 100g
- 薄口醤油 0.7g
- 昆布液体だしS 0.3g

○ 作り方

- ① 濃いだし汁(富士印)・薄口醤油・昆布液体だしSを混ぜ合わせる。
- ② お茶碗にご飯を盛り付け、だしを注ぐ。

※濃いだしは、通常の半分の水でだしパックを煮出した、だし汁です。

※お好みで具材をのせる。

