



○ 使用製品 鰹の素 桜印

○ 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
247 kcal	9.0 g	1.0 g	48.2 g	2.5 g

この表示値は、目安です。

○ 材料 (1人前=193g)

- 中華めん 1玉
- 焼き豚 20g
- メンマ 20g
- 青ねぎ 3g
- のり 2枚
- **だし汁(桜印) 135g**
- **めんつゆ かけ汁 15g**

○ 作り方

- ① 中華めんは茹でて、冷水でしめて器に盛る。
- ② 青ねぎは小口切りにしておく。
- ③ だし汁(桜印)とめんつゆ かけ汁を合わせて、冷やしてつゆを作る。
- ④ ①に具材をのせて、つゆを注ぐ。

