

さつまいもとクリームチーズのサラダ



« 作り方 »

調理時間は約15分です。

- ① 容器にコーンフレークを約15g入れる。その上にGFさつまいもサラダを160g位入れる
- ② 解凍したQPふわふわムース(チーズ)を適量盛り付け、パインカットとスナック菓子を盛り付ける。
- ③ ホイップクリームの上に、ミントの葉を飾って完成です。

« 材料 : 1人分 »

	メーカー名	品名	規格	分量	単価
具材	※ グローバルフーズ	さつまいものサラダ	1 kg	160 g	138 円
	※ キューピー	ふわふわムース(チーズ)	300 g	40 g	54 円
自店調達		パインアップル(チビット)		2 ケ	? 円
		スナック菓子		少々	? 円
		ミントの葉		少々	? 円
		コーンフレーク		15 g	? 円

※画像のスナック菓子は、明治コパンのメイプルシュガー味です。

※ は弊社で供給できるアイテムです。

上記分量はあくまでも目安です。 製造する食数に合わせて調整して下さい。
又、具材を変える事でいろいろなパターンをお楽しみ下さい。

栄養分析表
(参考数値です。分量・調理方法により変動します。)

熱量	556 kcal
水分	132.5 g
蛋白質	5.6 g
脂質	29.5 g
炭水化物	67.1 g
灰分	2.3 g
ナトリウム	379 mg



