新商品のご案内

商品名	冷凍食品　給食用　乱切り里芋
ブランド	グルメ村
規　格	500g×20
産　地	主に大分　その他、宮崎　鹿児島　熊本

1個当たり約5～10g

商品画像

調理方法　解凍せず、凍結したままの状態で加熱調理して下さい。

商品の特徴　26年度より豊後大野市で契約栽培をしている里芋を主に使用しています。
白芽系の品種で、色合いも良くモチモチ感と里芋特有のぬめりをしっかり持つ非常に美味しさを感じて頂ける里芋です。
汁物・煮物・その他広い用途にご使用頂ける様、小さめサイズの乱切りをご用意致しました。

**変わりゆく天候・気温の中
丹念に手厚く育てられた
里芋は、元気いっぱい
美味しさ間違いなしです。**

産地画像

おすすめレシピ

里芋とツナの簡単マヨサラダ

材料（1人前）

給食用　乱切り里芋 約80g（10個程度）	
ツナ（缶詰）	大さじ2/3
マヨネーズ	小さじ1/2
しょうゆ	少々
お好みで	
レタス プチトマト パセリ を添える	

1. 給食用乱切り里芋を解凍せず、封を開けたら凍結したまま沸騰した鍋に入れ6～10分煮る
2. ツナの余分な缶汁を切る。
3. 水気を切った里芋に、2.のツナ・マヨネーズ・しょうゆと混ぜ合わせて出来あがり

小さめ里芋の具だくさん豚汁

材料（1人前）

給食用　乱切り里芋 約45g（5個程度）	
大根	35g
人参	20g
こんにゃく	20g
厚揚げ	15g
ねぎ	適量
豚肉	20g
味噌	大さじ1/2
水	150CC
サラダ油	少量

1. 大根・人参・こんにゃく・厚揚げ・ねぎを食べやすい大きさに切る。
2. サラダ油を熱し、豚肉を炒める。
3. 2.に給食用乱切り里芋と カットした大根・人参・こんにゃく・厚揚げを入れ、炒める。
4. 3.に150ｃｃの水を加え煮たったらアクを取る。
5. 大さじ1/4の味噌を入れ、具が柔らかくなるまで煮る。
6. 具が柔らかくなる直前に大さじ1/4の味噌を入れ2分程煮る。
7. ネギを入れ一煮で出来あがり

成分表（可食部100g当たり）

						無機質								ビタミン													脂肪酸				食物繊維			
														A																				
エネルギー	水	たん白質	脂質	炭水化物	灰分	ナトリウム	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛	銅	レチノール	βカロテン当量	レチノール当量	D	E	K	B1	B2	ナイアシン	B6	B12	葉酸	パントテン酸	C	飽和	一価不飽和	多価不飽和	コレステロール	水溶性	不溶性	総量	食塩相当量
Kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	μg	μg	μg	μg	mg	μg	mg	mg	mg	mg	μg	μg	mg	mg	g	g	g	mg	g	g	g	g
59	84	1.5	0.1	13	1.0	1	560	14	17	47	0.4	0.3	0.1	0	4	tr	0	0.5	0	0.1	0	0.8	0.1	0	28	0.4	5	0	tr	0	0	0.9	1.5	2.4	0