添付資料（1） 食物アレルギー配慮レシピ「夢のお子様ランチ」

●カレー風味の鶏から揚げ

◎お料理ポイント！
鶏手羽でチューリップにすると見た目も豪華です。
おろし生姜を効かせると冷めても風味良く食べることができます。

材料(鶏手羽5~6本分)	分量
鶏手羽（手羽元、又は手羽先）	5~6本
(a)おろし生姜	10g
(a)おろしニンニク	3g
(a)水	15g（大さじ1）
(a)特定原材料8品目不使用 バーモントカレー中辛(ハ)	20g
1歳からのお好み焼粉米粉（オ）	適量（40g位）
揚げ油	適量

【つくり方】

①	鶏手羽はキッチンバサミなどで骨に沿って肉と筋を外し肉を骨先に押し出し形を整えチューリップにする。
②	ボウルに（a）を入れて混ぜる。①を加えよくもみ込みラップをかけて1時間以上なじませておく。
③	別のボウルに米粉を入れておく。②を1本づつ取り出し米粉をまんべんなくしっかりまぶし5分おく。
④	揚げ油を中温に熱し③を揚げる。

●さつまいもご飯とふりかけのライスボール

◎お料理ポイント！
サツマイモご飯に鮭ふりかけとおかかふりかけを混ぜた可愛いライスボールです。

材料(ライスボール50g×4個分)	分量
ごはん	160g
A-Label（エー・ラベル） ふりかけ 鮭	4g
〃 おかか（永）	4g
さつまいも	50g
サラダ菜	4枚

【つくり方】

①	小鍋に水とさつまいもを入れて中火にかける。 沸騰したら弱火にして6～7分ゆでザルに上げておく。
②	ご飯を2等分に分ける。 それぞれに鮭ふりかけとおかかふりかけを加えて混ぜる。 それぞれにさつまいもを等分に加えザックリ混ぜる。 それぞれ2等分して丸く握りサラダ菜に乗せる。

注)メニューレシピ内の（ ）は企業名の略称です。
（エ） エスエスケイフーズ株式会社
（オ） オタフクソース株式会社
（ケ） ケンミン食品株式会社
（永） 株式会社永谷園
（日） 日本ハム株式会社
（ハ） ハウス食品株式会社

添付資料（2） 食物アレルギー配慮レシピ「夢のお子様ランチ」

●カレーチャーハンのライスボール

◎お料理ポイント！
カレーチャーハンで作ったライスボールです。

材料(ライスボール50g×5個分)	分量
ごはん	180g
サラダ油	小さじ1
玉ねぎ	30g
ミックスベジタブル	30g
みんなの食卓　上級ハーフベーコン（みじん切り）（日）	4枚
特定原材料8品目不使用　はじめて食べるバーモントカレー<やさしい甘口>（ハ）	10g
サラダ菜	5枚

【つくり方】

①	フライパンにサラダ油を熱しみじん切りのたまねぎを炒める。玉ねぎに火が通ったらベーコンとごはんとはじめて食べるバーモントカレーを加えて全体をなじませるように炒める。 最後にミックスベジタブルを加えザックリと混ぜながら炒める。
②	あら熱がとれたら5等分して丸くにぎりサラダ菜の上にのせる。

●ブタさんポテトサラダ

◎お料理ポイント！
じゃがいもにカリフラワーを加えた白いポテトサラダに子豚のデコレーションをして可愛らしく仕上げました。

材料(４個分)	分量
じゃがいも（皮無し）	1個100g位
カリフラワー	50g位
たまご・乳を使っていないシーザーサラダドレッシング（エ）	大さじ1.5～お好み量
きゅうり	1本
みんなの食卓　ポーク　ウイニー（日）	1本
1歳からのケチャップソース(オ)	少々
海苔	少々

【つくり方】

①	じゃがいもはラップに包み電子レンジ（500w）で2~3分加熱した後、2分蒸らす。 カリフラワーは1cm幅にカットし小さじ1の水をかけラップに包む。電子レンジ（500w）で1分30秒加熱した後、2分蒸らす。ジャガイモとカリフラワーをボウルにいれてお好みの食感になるまで潰し、たまご・乳を使っていないシーザーサラダドレッシングで味を調える。
②	【ポーク　ウイニーでブタさんの顔のパーツを作る】 鼻・・・幅3ミリ程の輪切りを4個用意する。 　　それぞれストローで鼻の穴を2個づつあける。 目・・・鼻の穴でくり抜いたものを目に使用する。 耳・・・残っている皮の部分を三角にカットし8個用意する。
③	ポテチサラダを4等分して丸める。惣菜用のカップに乗せ周りにきゅうりの輪切りを差し込む。②で作ったブタさんの顔のパーツを乗せる。目のパーツには海苔で作った黒目を乗せる。ケチャップソースでほっぺを描く。

注)メニューレシピ内の（　）は企業名の略称です。
（エ）　エスエスケイフーズ株式会社
（オ）　オタフクソース株式会社
（ケ）　ケンミン食品株式会社
（永）　株式会社永谷園
（日）　日本ハム株式会社
（ハ）　ハウス食品株式会社

添付資料（3） 食物アレルギー配慮レシピ「夢のお子様ランチ」

●トライフル（デザート）

◎お料理ポイント！
米粉パンケーキと米粉カスタードにお好みのフルーツを組み合わせて楽しみましょう。

材料(4個分)	分量
【米粉カスタードクリーム】	240g分
無調整豆乳	200cc
1歳からのお好み焼粉米粉（オ）	15g
砂糖（上白糖）	40g
かぼちゃペースト	20g
サラダ油	小さじ1
みんなの食卓　米粉のパンケーキメープル（日）	2枚
お好みのフルーツ （バナナ・ブドウ・キウイなど）	適量
セルフィーユ（ミントでも）	少々

【つくり方】

①	ボウルにお好み焼米粉と砂糖を入れる。 無調整豆乳を少しづつ加えながらよく混ぜ合わせる。かぼちゃペーストも加えてよく混ぜたら目の細かいザルで濾す。
②	①を小鍋に移し中火にかける。木べらでかき混ぜながら、とろみがつくまで煮詰める。最後にサラダ油を加えてよく混ぜ冷ましておく。
③	個別の容器を用意し底に②のカスタードクリームを敷く。※このパンケーキ、カスタードクリーム、フルーツを彩り良く乗せる。セルフィーユやミントを添えても。 ※米粉のパンケーキが乾燥しないようにカスタードクリームをたっぷり添えてください。

●クマさんハンバーグ

◎お料理ポイント！
すりおろした玉ねぎを加えて風味豊かに焼き上げました。

材料(3個分)	分量
（a）合いびき肉	200g
（a）KAKOMUごはん「ハンバーグの素」（オ）	1/2袋
（a）片栗粉	大さじ1
（a）玉ねぎ	50g
サラダ油	少々
デミ風ソースの素（KAKOMUごはん「ハンバーグの素」に内添）（オ）	1/2袋
水	60cc
スイートコーン	適量
【クマの顔デコ用】	1枚
みんなの食卓　上級ロースハム（日）	少々
海苔	少々
人参、グリーンピース	少々
パセリ	少々

【つくり方】

①	ボウルに（a）を全部入れて手でこねる。 顔用に70g×3個と耳様に10g×6個に分ける。それぞれクマさんの顔と耳をイメージしながら丸めて形を整える。
②	フライパンにサラダ油を少々熱し①を重ならないように並べて両面に軽く焦げ色がつくまで焼く。余分な脂を除きデミ風ソースの素と水を加えフタをして煮込む。フタを取り、とろみがつくまでソースの水分をとばす。
③	器にコーンを敷く。ハンバーグをクマさんの顔になるように並べる。 カットしたロースハムと海苔、ミックスベジタブルやパセリで顔を作る。

注)メニューレシピ内の（ ）は企業名の略称です。
（エ）　エスエスケイフーズ株式会社
（オ）　オタフクソース株式会社
（ケ）　ケンミン食品株式会社
（永）　株式会社永谷園
（日）　日本ハム株式会社
（ハ）　ハウス食品株式会社

添付資料（4） 食物アレルギー配慮レシピ「夢のお子様ランチ」

●お花のナポリタン

◎お料理ポイント！
ハムで作ったお花を乗せて可愛らしく盛り付けましょう

材料(4人分)	分量
ミッキーマウス/冷凍ライスヌードル　ナポリタン（ケ）	1パック
【ハムの花4個分】	
みんなの食卓　上級ロースハム（日）	1枚
コーン	4粒
パセリ	少々

【つくり方】

①	ロースハムで花型を8個抜く。 花の真ん中にストローで穴をあける。 抜き取った花を2枚づつ重ねて穴にコーンを詰める。（4個出来ます）
②	ミッキーマウス/冷凍ライスヌードルナポリタンを電子レンジで温める。（500wで3分50秒）
③	②を器に盛り①を乗せパセリを添える。

© Disney
TM

●フライドポテト&ダブルディップソース

◎お料理ポイント！
オレガノ風味のケチャップとカレー風味のマヨネーズの2種のソース。

材料(2~3人分)	分量
フライドポテト（冷凍）	150g
揚げ油	適量
1歳からのケチャップソース（オ）	大さじ2
オレガノ	ひと振り位
1歳からのノンエッグマヨ（オ）	大さじ2
カレー粉	小さじ1/3
パセリ	少々

【つくり方】

①	容器にケチャップソースを入れてオレガノをふる。別の容器にノンエッグマヨを入れてカレー粉を混ぜる。
②	フライドポテトをパッケージの表示通りに揚げる。 器に盛り①とパセリを添える。

注)メニューレシピ内の（　）は企業名の略称です。
（エ）　エスエスケイフーズ株式会社
（オ）　オタフクソース株式会社
（ケ）　ケンミン食品株式会社
（永）　株式会社永谷園
（日）　日本ハム株式会社
（ハ）　ハウス食品株式会社