**店舗名**レストラン五稜郭軒**記載日　令和　3年　〇月　〇日**

記載例

**記載者　職名**店長**氏名**函館　花子

**【はこスマセットについて】　　　　　　　　販売価格　￥　１，２００　　－**

**・主食・主菜・副菜に該当する料理名と使用する食材を記入してください。**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 料理名 | | 主な使用食材 |
| 主食 | 雑穀米のごはん | 雑穀ミックス，米 |
| 主菜 |  |  |
| 副菜 | トマトのサラダ | トマト，チーズ，レタス，フレンチドレッシング |
| 主菜兼副菜 | 野菜たっぷりカレー | 人参，じゃが芋，玉ねぎ，鶏肉，トマト，ナス，ピーマン，スパイス（ターメリックなど） |
|  | 「主菜兼副菜」のように兼ねている料理は，空欄を利用し記載してください。 |  |
|  |  |  |

**・減塩等，健康に配慮したポイントについて記入してください。**

例）だしをきかせて塩分（調味料）の使用量を減らした，野菜の使用量を増やした，

果物を添えるようにした　など

**・ドレッシングは減塩タイプを使用しています。**

**・カレーは通常メニューのものに野菜をトッピングしています。**

**【ベジブラ！楽うまレシピについて】　　　（販売価格　￥　　４００　　　　－）**

**・レシピについて記入してください。（材料は２人分を記入してください。）**

|  |  |
| --- | --- |
| 料理名 | ブロッコリーの梅マヨネーズ和え |
| 材料（２人分） | ・ブロッコリー　１／２株（150ｇくらい）  店舗で提供していただける場合は，販売価格を記入してください。  ・梅干し　１個  ・マヨネーズ　大さじ１ |
| 作り方 | １　ブロッコリーは洗って小房に分ける。茎は周りの固い部分を切り落とし，一口大に切る。  ２　耐熱容器にブロッコリーを入れ，ラップをして電子レンジ（５００W）で２分半～３分加熱する。その後，冷ましておく。  ３　梅干しの種を除き，果肉を包丁でたたいて細かし，マヨネーズとよく混ぜ合わせる。  ４　３の梅マヨネーズと冷ましたブロッコリーを和えて出来上がり。 |
| レシピのポイント | ・ブロッコリーに合わせる定番調味料・マヨネーズに，ひと味加えて和え物にしました。  ・ブロッコリーの加熱時間は，レンジのワット数や固さの好みにより加減してください。 |

**【LINE特典スタンプラリークーポンについて】**

**・クーポンの内容を記入してください。**

はこスマセット１食分（他にワンオーダー以上をお願いします。）

**【メニュー表の必要枚数】**

**１０　　　枚**