



材料		1人前	料理の特徴
材料名		分量(g)	塩昆布の塩味がちょうどよい和え物に仕上がります。 塩昆布は無添加品なので安心して利用できます。
キャベツ		30 g	
きゅうり		10 g	
にんじん		8 g	
ホールコーン		10 g	
もやし		10 g	
塩昆布		3 g	
<h2>塩昆布和え</h2> 			
<h3>作り方</h3> <p>①やさいを茹で、冷やす。</p> <p>②①と塩昆布を和える。</p>			
<h3>栄養価</h3> <p>エネルギー たんぱく質 脂質 カルシウム マグネシウム 鉄 亜鉛 ビタミンA ビタミンB1 ビタミンB2 ビタミンC 食物繊維 食塩相当量</p>			<h3>調理のポイント</h3>

< 県学給取扱商品名と商品特徴 >

製品画像	商品名	規格	供給価格	特徴
	無添加減塩塩こんぶ	250g	790円	無添加減塩塩こんぶは、塩こんぶ初の「化学調味料無添加」を実現した塩こんぶです。 塩味と旨みのバランスをとって、減塩率40%（当社塩こんぶ比）を実現しました。 品質にもこだわった、北海道産昆布100%使用品です。