

雪ん子たくあんアレンジメニュー

商品名	新潟の漬物 えちごの雪ん子たくあん				メーカー	県学給	規格	500g 1kg
たくあんカレマヨサラダ						献立例		
						ごんぎつねごはん 牛乳 たくあんカレマヨサラダ 豆腐だんごスープ ヨーグルト		
春	夏	秋	冬	通年				
主食	主菜	副菜	汁物	その他				
材料		分量(g)	切り方		作り方			
ロースハム せん切り		8			① はるさめ、キャベツ、きゅうり、にんじんはゆでて冷ます。 ② ハムは蒸して冷ます。 ③ たくあんと①②を混ぜあわせ、調味料で調味する。			
新潟の漬物 えちごの雪ん子たくあん		15						
緑豆はるさめ カット		5						
キャベツ		15	せん切り					
にんじん		5	せん切り					
きゅうり		5	せん切り					
マヨネーズ		5						
カレー粉		0.2						
こいくちしょうゆ		0.5						

商品名	新潟の漬物 えちごの雪ん子たくあん				メーカー	県学給	規格	500g 1kg
こっこ炒め						献立例		
						ごはん 牛乳 厚焼き玉子 こっこ炒め きのこ沢煮 味噌 みかん		
春	夏	秋	冬	通年				
主食	主菜	副菜	汁物	その他				
材料		分量(g)	切り方		作り方			
さつま揚げ		6	せん切り		① つきこんにゃくは、下ゆでする。 ② ごま油でごぼう、にんじん、つきこんにゃく、たくあん漬、さつま揚げを炒める。 ③ 調味料で調味する。 ④ 白いりごまを入れ、混ぜあわせる。			
新潟の漬物 えちごの雪ん子たくあん		20						
にんじん		5	せん切り					
ごぼう		10	せん切り					
つきこんにゃく		15						
ごま油		0.8						
三温糖		0.5						
こいくちしょうゆ		0.5						
みりん		1						
とうがらし粉		0.01						
白いりごま		1			新潟県では、地域によってたくあんのことを「こっこ」と言います。			

