

汁物 n-39

## コーンスープ

材 料	分量 (g)
ベーコン	10.00
じゃがいも	15.00
たまねぎ	10.00
にんじん	15.00
スイートコーン	15.00
パセリ	0.50
とりがら	13.00
水	120.00
しょうゆ(淡口)	3.50
食塩	0.40
こしょう	0.03



エネルギー(kcal)	57
たんぱく質(g)	2.7
脂質(g)	1.4
カルシウム(mg)	9
鉄(mg)	0.2
VA(μg)	233
VB(mg)	0.1
VB2(mg)	0.05
塩分(g)	1.2
食物繊維(g)	1.2



### 作り方

にんじんはいちょう切りにする。たまねぎとじゃがいもは角切りにする。パセリはみじん切りにする。

スープでベーコン、にんじん、たまねぎ、じゃがいも、コーンの順に煮る。

調味する。

パセリを入れる。



コッペパン, 新高梨ジャム, 牛乳, きのこと入りスクランブルエッグ, コーンスープ