

やわらか福もちのなめたけおろしのせ ～やわらか福もちアレンジレシピ～

キッセイ薬品工業株式会社 ヘルスケア事業部



■材料(1 人分)

やわらか福もち	40g
大根	20g
なめたけ	10g
こねぎ	0.5g

■作り方

- ① やわらか福もちは5mm幅の斜め切りにし、茹でておく。
- ② おろした大根となめたけを混ぜる。
- ③ 器に①を盛り付け、②のをせ、小口切りにしたこねぎを散らす。

♪ワンポイントアドバイス

簡単に作ることができる一品です。さっぱりとしていますので、食欲のないときにもおすすめです。

■ご注意

召し上がる方の状態を十分確認してからご提供ください。

■使用商品



やわらか福もち

栄養成分値(1人分)

エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)
72	1.5	0.3	17.1
ナトリウム (mg)	カリウム (mg)	リン (mg)	食塩相当量 (g)
175	82	28	0.4

日本食品標準成分表2010で計算