

Merry Christmas

サフランライス
ローストチキン
きのこスパゲッティ
ポテトサラダ
チョコレートムース



スパゲッティ 10g
しめじ 10g
エリンギ 15g
えのき 10g
にんにく 0.3g
こしょう 0.01g
オリーブ油 2g
塩 0.2g
しょうゆ 2g

じゃがいも 40g
きゅうり 20g
人参 10g
マヨネーズ 5g
塩 0.2g
こしょう 0.01

サフラン 0.1g
ミックスベジタブル 10g
グリーンピース 5g
バター 1g
塩 0.1g
こしょう 0.01g
コンソメ 0.5g

鶏もも 60g
しょうゆ 4g
酒 2g
みりん 1g
にんにく 0.5g
しょうが 0.3g
はちみつ 1g
塩 0.1g
こしょう 0.01g
油 1g
レモン 10g
レタス 8g

