



【料理名】 チーズとおかかのおにぎり

食品名	1人分	切り方	作り方
ご飯	お茶碗1杯		① 削り節としょうゆを混ぜ、切ったスライスチーズを混ぜる。 ② ごはんの中心に①を入れて、むすぶ。
塩	少々		
スライスチーズ	1枚	小さく切る	
A 削り節	1P		
しょうゆ	少々		

