地方創生 やらまいか通信 vol.206

輝く未来へ今、袋井が動き出す!~挑戦するDNAを呼び起こせ~

発行日:令和元年11月27日

COOkpad × 袋井市公式キッチン開



料理名・食材名

レシピ検索

おでん ローストビーフ 鍋 アップルパイ シチュー 🖸



袋井市(静岡県) のキッチン

♣ フォローする

静岡県袋井市の公式キッチンです!赤ちゃんから高齢者まで、管理栄養土おすすめのレシ ...

○ レシビを保存

ささみのタルタルソース焼き



さっぱりとしたささみも、タルタルソースで おいしく。

たんぱく質が不足しがちな高齢者世代におす すめです!

【野菜量72 a 】

参共市(静岡県)



cookpad

「袋井市公式キッチン」

ささみ	6本
塩こしょう	適量
小麦粉	適量
バター	適量さ
サラダ菜	8枚6
ブロッコリー	100 g
トマト	120 a



検索

更新情報

2019/11/22

2019/11/20

レシピカテゴリ

















子育てや健康づくりを「食」からサポートしたいと思い、 日本最大の料理レシピサイト「cookpad」に掲載したところ、

1日あたり閲覧数が、なんと2,000件を超える反響ぶり。

皆さんの関心の高さに正直、驚いています。 今後は、糖尿病予防レシピ(野菜いっぱいレシピ)も

掲載していきたいと考えています。 市管理栄養士(談) 現在25レシピ掲載 (2019.11.27)