



## キャベツ・枝豆・大豆のサラダ

### 材料 1人前

|         |           |
|---------|-----------|
| キャベツ    | 20g (30g) |
| きゅうり    | 10g (15g) |
| 枝豆      | 10g       |
| 大豆 (水煮) | 5g (10g)  |

|      |                 |
|------|-----------------|
| コーン缶 | 5g (10g)        |
| 酢    | 小さじ1 (小さじ1と1/2) |
| 砂糖   | 小さじ1/2 (小さじ2/3) |
| 塩    | 少々              |

( ) は栄養バランス弁当箱大サイズ

### 作り方

- 1 キャベツときゅうりは千切りに切り、枝豆はゆでておく。
- 2 大豆とコーンは水気を切っておく。
- 3 調味液に①と②をつける。