

マヨから丼 (E-25)							
*鶏もも (g)	140	g	25-30g	◇小麦粉	7	g	◇片栗粉 16.3g
うな重のたれ	28	g		◇だしの素	0.1	g	◇水 14g
							◇マヨネーズ
				◇白いりごま	1	g	



マヨから丼 (E-25)					
*鶏もも(g)	140 g		◇小麦粉	7 g	ごはん 200g
うな重のたれ	28 g		◇片栗粉	16.3 g	白ごま
錦糸玉子	18 g		◇だしの素	0.1 g	きざみのり 0.5g
			◇水	14 g	マヨネーズ 15g