

開発食品 1

# あじのかりかり揚げ

規 格 1 個 30 g

**製品特徴** 高知県内で水揚げされた、あじを使って腹開きの干物にし、一度揚げて冷凍食品にしました。学校給食調理場で、冷凍のまま二度目(160℃で4~5分)を揚げると、かりかりして骨まで全て食べることができます。



**一口メモ** あじはアジ科の魚の総称で、ふつうはマアジを指します。この他にムロアジ、シマアジなどがあります。身は魚の臭みが少なく、アミノ酸のアラニン、グリシン、グルタミン酸、イノシン酸といったうま味成分があります。栄養成分は、カリウム、ビタミンB<sub>1</sub>、B<sub>2</sub>、D、Eを含有し、骨ごとから揚げにして食べると、タンパク質とともに、カルシウムの摂取が期待できます。

## 原料配合

原材料名(産地名)	配合比	アレルギー表示
あじ(高知県)	88.5	
菜種油(オーストラリア)	8.85	
食塩(香川県)	2.65	
	100%	

## 栄養成分

製品 100g 当たり

エネルギー(kcal)	282	鉄(mg)	0.9
たんぱく質(g)	24.6	亜鉛(mg)	0.9
脂質(g)	20.1	ビタミンA(μgRE)	0
炭水化物(g)	0.1	ビタミンB <sub>1</sub> (mg)	0.1
ナトリウム(mg)	770	ビタミンB <sub>2</sub> (mg)	0.1
カリウム(mg)	350	ビタミンC(mg)	0
カルシウム(mg)	57	食物繊維総量(g)	0
マグネシウム(mg)	38	食塩相当量(g)	2.04

(五訂増補日本食品標準成分表に基づく計算値)

- 製造者 アジアマリン有限会社
- 販売者 財団法人 高知県学校給食会