

献立名

バナナケーキ

コード

食品名	使用量 (g)	可食量 (g)	下処理及び作り方
鶏卵	11	9.4	<下処理> 鶏卵 消毒し、割りほぐしたあと、牛乳と混ぜる 小麦粉 } スキムミルク } 合わせて、ふるう 砂糖 } ベーキングパウダー } バター 溶かす バナナ 消毒し、細かく切る バット 植物油を塗る
牛乳	4	4	
小麦粉(薄力粉)	15	15	
スキムミルク	5	5	
砂糖	7	7	
ベーキングパウダー	0.5	0.5	
バター	4	4	
バニラエッセンス	0.01	0.01	
バナナ	48	28.8	
			<作り方>
			(1) ふるった粉類に、鶏卵と牛乳を混ぜたものを、少しずつ加え入れながら、混ぜあわせる。
			(2) バターを加え、なめらかになったら、バニラエッセンス、バナナを入れ、混ぜる。
			(3) バットに流し入れる。
			(4) 170～180℃のオーブンで焼き上げる。
			※ バナナは完熟を使用する。
			※ アルミカップに入れて焼いてもよい。

エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (レチノール 当量)(μ g)	ビタミンB ₁ (mg)	ビタミンB ₂ (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	ナトリウム (食塩相当 量)(g)
172	4.5	4.7	82	0.4	39	0.06	0.15	5	0.7	0.3

平成16年度改正