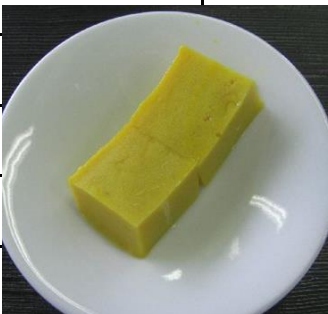


献立名

かぼちゃ羹

コード

食品名	使用量 (g)	可食量 (g)	下処理及び作り方
かぼちゃ	20	18	<p>&lt;下処理&gt;</p> <p>かぼちゃ 皮と種を取り、茹でる</p>
豆乳	40	40	
粉寒天	0.3	0.3	
砂糖	5	5	
			<p>&lt;作り方&gt;</p> <p>(1) かぼちゃと豆乳をミキサーにかける。</p> <p>(2) (1)、粉寒天、砂糖を火にかけ沸騰させる。</p> <p>(3) 荒熱をとって、型に流し、冷蔵庫に入れて固める。</p> <p style="text-align: right;">※ 2012年度 新献立</p>



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)( $\mu$ g)	ビタミンB <sub>1</sub> (mg)	ビタミンB <sub>2</sub> (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	ナトリウム (食塩相当 量)(g)
61	1.6	1.5	15	0.6	59	0.04	0.02	8	0.8	0.0