献立名	かぼちゃのもっちりケーキ	コード	[redacted]

食品名	使用量（g）	可食量（g）
かぼちゃ	25	22.5
上新粉	20	20
砂糖	6	6
ベーキングパウダー	0.5	0.5
豆乳	20	20
食塩	0.1	0.1
植物油	8	8

＜下処理＞

かぼちゃ　　皮と種を取り、茹でて、つぶす

上新粉
砂糖　　合わせて、ふるう
ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ

＜作り方＞

(1)　ふるった粉に、豆乳、食塩、植物油を加えて混ぜあわせる。

(2)　(2)にかぼちゃを加えて混ぜ合わせる。

(3)　型に流し入れ、160℃位のオーブンで10～20分位焼く。

※ 2010年度 新献立

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）（μg）	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）
203	2.3	9.0	23	0.5	74	0.05	0.03	10	1.0	0.2

平成22年度作成