献立名	小松菜とプルーンのマフィン	コード	[redacted]

食　品　名	使用量（g）	可食量（g）
ホットケーキミックス	18	18
干しプルーン（種なし）	5	5
豆乳	18	18
こまつな	12	10.2
砂糖	2	2

下　処　理　及　び　作　り　方

＜下処理＞

ホットケーキミックス	ふるう
干しプルーン（種なし）	熱湯に通し、フードプロセッサーにかけ、粗みじんにする
こまつな	ゆでて、しぼり、みじん切り（フードプロセッサーにかけてもよい）

＜作り方＞

(1)　ホットケーキミックスに、豆乳、砂糖を加え、混ぜる。

(2)　こまつな、プルーンを加え、混ぜる。

(3)　(2)を、アルミカップに入れ、180℃のオーブンで15～18分焼く。

※　アレルギー対応時には、ホットケーキミックスの使用原材料を確認する。

令和2年度改正