献立名

いもぜんざい

コード

		•	
食 品 名	使用量 (g)	可食量 (g)	下 処 理 及 び 作 り 方
さつまいも	25	23	
あずき(乾)	18	18	さつまいも 皮をむき、一口大に切って水にさらして
砂糖	20	20	アクを取り、かために茹でておく
食塩	0.3	0.3	あずき(乾) 一煮立ちしたら、一度煮汁を捨てる (アク抜きのため)
水	150	150	
			<作り方>
			(1) あずきは火にかけ、柔らかくなるまで煮る。
			(2) 柔らかくなったら、砂糖と塩を入れる。
			(3) (2)にさつまいもを入れ、煮る。
			× 2020(全和2)左连
			※ 2020(令和2)年度 新献立