献立名	石垣いも	コード	[redacted]

食　品　名	使用量（g）	可食量（g）
鶏卵	12	10.2
さつまいも	11	9.9
甘納豆（あずき）	3	3
小麦粉(薄力粉)	15	15
ホットケーキミックス	10	10
ベーキングパウダー	0.3	0.3
黒砂糖	5	5
マーガリン	3	3
水（湯）	5	5

下　処　理　及　び　作　り　方

＜下処理＞

鶏卵　　消毒し、割りほぐす

さつまいも　　皮をむき、小さい角切りにし、水にさらしアクを取る

小麦粉
ﾍﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾟｳﾀﾞｰ
ﾎｯﾄｹｰｷﾐｯｸｽ　　合わせてふるう

黒砂糖　　湯で溶く

マーガリン　　溶かす

＜作り方＞

(1)　ふるった粉類にさつまいも、甘納豆、鶏卵、マーガリン、黒砂糖を入れ、混ぜる。

(2)　アルミカップに入れ、強火で15～20分位蒸し器で蒸す。

※　アレルギー対応時に、ホットケーキミックス、マーガリンの使用原材料を確認する

※2004（平成16）年度　移行

令和2年度改正