献立名	肉万十	コード	[redacted]

食品名	使用量（g）	可食量（g）
じゃがいも	11	9.9
豚ひき肉	7	7
たまねぎ	11	10.3
植物油	1	1
砂糖	0.4	0.4
食塩	0.1	0.1
植物油	1	1
コンソメ	0.2	0.2
ホットケーキミックス	25	25
スキムミルク	5	5
水（湯）	22	22

下処理及び作り方

＜下処理＞

じゃがいも　角切りにし、水にさらし、茹でる。

たまねぎ　みじん切り

スキムミルク　ぬるま湯で溶く

＜作り方＞

(1)　じゃがいもを冷ます。

(2)　植物油で、豚ひき肉、たまねぎを炒めて、砂糖、食塩、コンソメで調味し、冷まし、(1)を合わせる。

(3)　スキム液でホットケーキミックスをゆるめる。

(4)　アルミカップに(3)を少しひき、(2)を入れて、上から残りの(3)をかける。

(5)　蒸し器で蒸す。

※　蒸している最中にふたを開けると膨らみが悪くなるため、開けないこと

※　アレルギー対応時に、ホットケーキミックスの使用原材料を確認する

※　2006年度　新献立

令和2年度改正