

献立名

フルーツヨーグルト

コード

食品名	使用量 (g)	可食量 (g)	下処理及び作り方
ヨーグルト(無糖)	80	80	<p>&lt;下処理&gt;</p> <p>みかん(缶詰) 缶を消毒し、汁をきる</p> <p>もも(缶詰) 缶を消毒し、汁をきり、一口大に切る</p> <p>&lt;作り方&gt;</p> <p>(1) ヨーグルト、砂糖を合わせ、もも、みかんを加え和える。</p> <p>(2) 器に盛りつける。</p> <p>※ 器に盛りつける直前まで冷蔵庫で冷ます。</p> <p>※ 果物は、缶詰だけでなく、生の果物も利用するとよい。(バナナ、りんご、メロン等)</p> <p>※ みかん(缶詰)は、熱湯で消毒すると、実がくずれるため、消毒液で消毒する。</p>
砂糖	3	3	
みかん(缶詰)	20	20	
もも(缶詰)	15	15	