

簡単スイートポテト



材料名	分量(g)	下処理	作 り 方
*千葉県産冷凍 さつまいもペース	35	流水解凍	①さつまいもペースト・砂糖・生クリームをよく混ぜる。
*生クリーム	3.5		
*砂糖	1.5		②ベーキングトレイ丸Aに、分量の①を入れ、ごまを散らし160～170℃で15分焼く。
*黒ごま	0.3		
<卵・乳不使用>			
*千葉県産冷凍 さつまいもペース	35	流水解凍	※ベーキングトレイに①を入れて軽くトントンと落とすと、スイートポテトが平均に沈む。
*豆乳	1.5		
*砂糖	1.5		
*油（オリーブオイル）	0.7		

*は給食会取扱商品です。

栄養価 (参考値)

エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	塩分相当量 g	カルシウム mg	マグネシウム mg	鉄 mg	亜鉛 mg	VA μgRAE	VB1 mg	VB2 mg	VC mg	食物繊維 g
69	0.5	1.8	0.1	174	10	0.2	0.1	8	0.04	0.02	10	0.8