

かぼちゃプリン



●栄養価（1個分）	
エネルギー	53 kcal
たんぱく質	1.1 g
脂質	1.0 g
塩分	0.0 g

<作り方>

- ① **かぼちゃ**はひたひたの水でやわらかくなるまでゆで、よくつぶす。（裏ごすと尚よい）
- ② **牛乳**を50ccと250ccに分ける。
- ③ **50ccの牛乳**に**ゼラチン**をふりいれて、ふやかす。
- ④ **250ccの牛乳**に**砂糖**を入れて煮溶かす。
- ⑤ ③を湯せんにかき、**ゼラチン**を溶かす。
- ⑥ ④に①、⑤を入れてよくかき混ぜる。
- ⑦ ④を器に流し込み、冷蔵庫で冷やし固める。
上から**ケーキシロップ**をかける。

★ワンポイント★

ゼラチンを溶かす時は**湯せん**で
沸騰させないように温めると、
失敗しにくいですよ！



材 料 （40ccココット10個分）		ぱくぱく ~ パースト
牛乳	250cc 50g（ゼラチンをひたす） 200g（砂糖を溶かす）	大人と同じ
ゼラチン	7g	
砂糖	大さじ3	
かぼちゃ(皮むき)	160g	
ケーキシロップ	40g	
※都合により、給食の食材を変更する場合があります。		

給食では、市販のホットケーキ用シロップを使用しています。
低年齢のお子さんはかけずに食べましょう。