



# こんにちは給食室です!!



チョコ簡単 スイートポテト 6人分



発行：保育家庭課



材料	さつまいも手頃サイズ 1 個 スキムミルク大さじ 4
調味料	砂糖大さじ 4 卵M 2 個

つ  
く  
り  
方

①さつまいもは皮を剥き水にさらしてから柔らかく茹でる②茹で上がったさつまいもを熱いうちに潰す。そこに少量のお湯で溶いたスキムミルクを入れ混ぜる③砂糖、卵を入れる④180℃のオーブンで10分強焼く。＊卵は焼いている途中でオーブンから取り出し表面に塗っても光沢がでて見た目が良いです。その場合 1 個は③の工程で混ぜ、もう一つは黄身のみ塗ってください。白身はもったいないので③の時に混ぜてください。

(写真は竜丘保育園提供です→)



写真の形はアイスディッシャーを使いましたがスプーンなどで形を整えることもできます!



①の写真はリンゴゼリーの上に地元産の頂き物のリンゴをのせました。果汁100%のジュースを寒天で固めた時短おやつです。和田保育園提供

②地産地消費立「旭松食品の高野豆腐の煮物」龍江保育園提供。煮物だって、食べたい!

③「ごま団子」鼎みつば保育園提供。喉に詰まる恐れがあるので平らの形にしてみました。木綿豆腐・白玉粉を3対2で混ぜ形を整え火にかける。小さじで、黒すりごま4砂糖5しょう油2でたれを作り茹で上がったお団子の表面が乾いたら混ぜる。