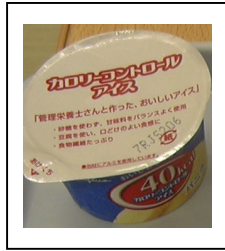


あ

(アイス)



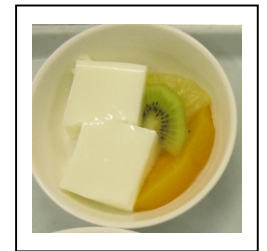
(アメリカンチェリー)



(杏仁豆腐) 4人分

牛乳160g ゼラチン4g 砂糖12g パイナップル缶40g キュウイフルーツ40g 黄桃缶40g

- ① ゼラチンは水でふやかし、牛乳に砂糖を入れて温め、ゼラチンを溶かし、バットに入れて冷やし固める
- ② 桃、パイナップル缶、キュウイは食べやすい大きさに切る
- ③ ①が固まったり切り、②を添える



(いちご)



(おはぎ)



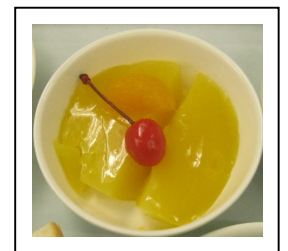
(オレンジ)



(オレンジゼリー) 4人分

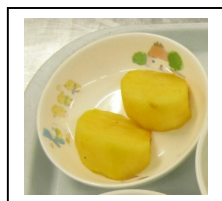
オレンジジュース160 水80 砂糖20 ゼラチン8g チェリー4個 みかん缶 20

- ①ゼラチンはつかうぐらいの水をいれてふやかしておく
- ② 水を鍋で温め、さとうをとかす ③②にゼラチンをいれてつぶがなくなるまでよくとかし、ジュースを入れる。
- ③ ②を器に入れて、冷蔵庫で冷やし、固まったら、ミカンとチェリーをのせる



か

(かき)



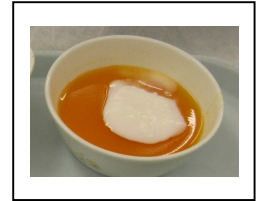
(かしわもち)



(キャロットゼリー) 4人分

人参 90g ゼラチン 5g 水 190cc 砂糖 38g レモン果汁 小さじ2 ヨーグルト 適宜

- ① 人参は切って煮る(汁を切って、ミキサーにかけざるでこす) ゼラチンは同量の水でふやかす。
- ② ①とレモン果汁とヨーグルト以外の材料入れてよくゼラチンを煮とかす。レモン果汁を入れてカップでひやす。固まったらグリスをそえる



(キュウイフルーツ)



さ

(さくらんぼ)



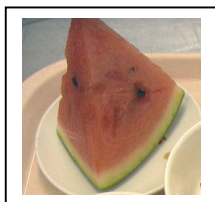
(白玉だんご) 4人分

冷凍白玉 100g 黄な粉 12g 砂糖 12g 塩 少々

- ① 白玉団子はお湯や水につけて解凍する
- ② 黄な粉、砂糖、塩を混ぜたものを団子にかける



(すいか)



た

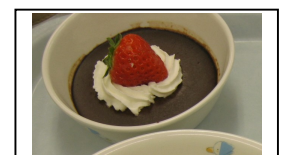
(誕生ケーキ)



(チョコムース) 4人分

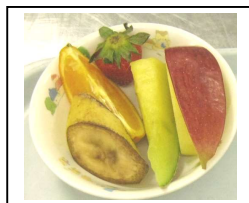
ゼラチン 6g 水 小さじ2杯 純ココア 小さじ4.5杯 牛乳 200cc 砂糖 大さじ2杯弱 生クリーム 小さじ2杯半 砂糖 小さじ2杯 いちご

- ① ゼラチンに水を入れふやかす。
- ② 鍋にココア、牛乳、砂糖を入れ、温めとかし、1を入れてさらに、つぶがなくなるようにとかす。
- ③ 器に入れて冷やしかためる
- ④ 生クリームを泡立て、砂糖を入れる3が固まったらクリームを上につけ、いちごをのせる



(デザート盛り合わせ)

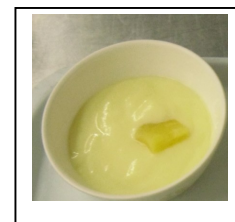
バナナ・オレンジ・いちご・メロン・りんご



(デザートムースパイン) 4人分

パイン缶40g・デザートムース(フルーチェエみたいなもの)108g・牛乳108g

① 牛乳とデザートムースを混ぜてとろっとしたら盛り付けて、パインを飾る



(デザートムースいちご) 4人分

いちご4個 デザートムース(フルーチェエみたいなもの)92g・牛乳108g

① 牛乳とデザートムースを混ぜてとろっとしたら盛り付けて、いちごを飾る



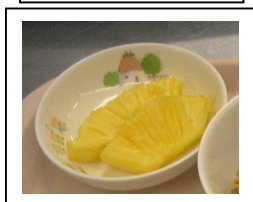
な

(なし)



は

(パイナップル)



(バナナ)



(びわ)



(ぶどう)



(プリン) 4人分

キャラメル(砂糖10g 水6g 水8g) 牛乳180g 生クリーム4g 卵72g 砂糖28g バニラエッセンス少々
みかん缶40g

- ① 砂糖を水を入れて細火で煮詰め、茶色になってとろみがでてきたら、のこりの水を入れ、容器の底に分けて入れる
- ② 牛乳を温めて、卵と砂糖を混ぜたところに、牛乳を少しずつ入れて混ぜ、生クリームとバニラエッセンスを入れる
- ③ ざるで粒をとり、容器に入れて蒸し、固まったら、冷やし、ミカンをのせる



(プリン市販品)



(フルーツ白玉) 4人分

パイナップル缶60g みかん缶60g 冷凍白玉80g チェリー缶4個 こしあん40g

- ① パイナップル缶は1/6~1/8に切って汁を切る。みかん缶、チェリー缶も汁をきる
- ② 冷凍白玉は水で解凍しておく。
- ③ ①②を盛り付け、あんを置く



(フルーツポンチ) 4人分

キュウイ40g りんご30g バナナ50g みかん缶30g 白桃缶30g

- ① りんごはいちょう切りで塩水につける。モモは大きいものはたべやすい大きさに切り、バナナは輪切りにして缶詰の汁につける。キュウイは半月切りにする



(フルーツ盛り合わせ)

オレンジ・バナナ・いちご



(フルーツヨーグルト) 4人分

黄桃缶80g キュウイ40g プレーンヨーグルト80g 砂糖6g チェリー缶4個

- ① ヨーグルトは砂糖を入れて、カットした果物と盛り付ける



ま

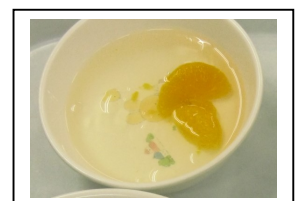
(みかん)



(みかんゼリー) 4人分

水230ml 缶詰の汁12ml ゼラチン5g 砂糖32g みかん缶60g

- ① 水を火にかけ、砂糖とゼラチンを溶かす。
- ② ①を火をとめて、缶詰の汁を入れて荒熱をとる。
- ③ 容器にみかんを入れて、②を入れて冷やす



(みつめ) 4人分

みつ豆缶80g 黄桃缶20g チェリー缶4個 パイン缶20g

- ① 桃缶、パイン缶は食べやすい大きさに切って、みつ豆缶に入れる。盛り付けてチェリーを入れる



(ミルクずもち) 4人分 わらびもちの粉(片栗粉でも可) 40g 牛乳 200g 砂糖小さじ4杯 黄な粉小さじ4杯 砂糖小さじ4 塩少々

- ① 粉と牛乳と砂糖を鍋に入れ混ぜ、溶けたら細火にかける。
④ 少しずつとろみがつくので、しっかりまぜる。
③ もち状になったらバットに入れて冷やす
⑤ 冷えたら切って、黄な粉をかける



(みるくゼリー) 4人分

牛乳 320g ゼラチン 6g 砂糖 大さじ5杯弱 バニラエッセンス少々 みかん缶

- ① ゼラチンはつかるぐらいの水をいれてふやかしておく
② 牛乳を鍋であたため、さとうをとかす
③ ②にゼラチンをいれてつぶがなくなるまでよくとかす。
④ ③を器に入れて、冷蔵庫で冷やし、固まったら、ミカン缶をのせる

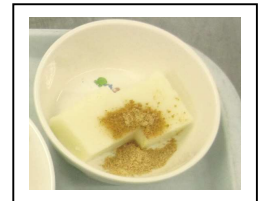


(みるくもち) 4人分

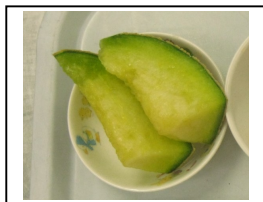
片栗 24g スキムミルク 18g 牛乳 130g

切ってきたこをかける 黄な粉小さじ4 砂糖小さじ4 塩少々

- ① 片栗粉、スキムミルク、牛乳をあわせ鍋に火にかけてねり、冷やす。
② ①を切って黄な粉と砂糖、塩を混ぜたものをかける



(メロン)



もも



や

(ヨーグルトシャーベット) 4人分

ヨーグルトプレーン 160g 生クリーム 12g 砂糖 14g ゼラチン 2g 水 30g

- ① ゼラチンは、水でふやかし、鍋で煮溶かす
② ヨーグルトに生クリーム、砂糖を入れてよくまぜる。
③ ②に①を入れてすばやく混ぜる。(すぐに固まるので広げること)
⑥ バットに凍らせて切る。*ゼラチンは給食用にとけにくくしているため、家庭ではなくても大丈夫です



(ヨーグルト) 4人分

5

(りんご)

