

牛乳で作る粉末プリンの素

プリン Mix

盛付け例(上から)
カスタード風味
抹茶風味
黒ごま

なめらかでクリーミーなプリンが手軽に作れます

牛乳を混ぜて加熱し、冷やせばできあがり。
工夫次第で色々なアレンジも楽しめます。



黒ごま

バナナ風味

ココア

苺ミルク

練乳あずき

抹茶風味

カスタード風味

1食10gあたり

鉄
5~8mg

亜鉛
5mg

※鉄5mg:ココア・苺ミルク・抹茶風味

アレンジ
いろいろ!

ホームページでレシピ
を紹介しています

いちご+
ココア使用

黒ごま使用

500g 50食分



ヘルシーフード株式会社

作り方

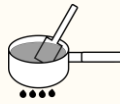
鍋を使った作り方

70g×50食分

①鍋に牛乳3ℓと本品500gを入れ、泡だて器で粉がなくなるまでよくかき混ぜます。



②かき混ぜながら中火にかけ、鍋底から泡がたち始めたら火を止めます。(目安95℃)



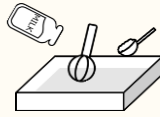
③粗熱が取れたら冷蔵庫で冷やし固めます。



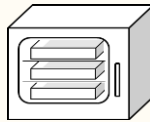
- 1時間半ほどで固まります。
- 加熱した牛乳に粉末を加えても作れます。

スチームコンベクションを使った作り方

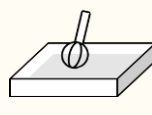
①ホテルパンに牛乳と本品を6:1の割合で入れ、泡だて器でよくかき混ぜます。



②スチコンはスチーム(温度100℃、湿度100%)に設定し予熱し、20～25分、中心温度90℃以上で加熱します。



③加熱終了後泡だて器でよくかき混ぜます。



④粗熱が取れたら冷蔵庫で冷やし固めます。



- 鍋で調理した場合よりも柔らかくなる場合があります。1割を目安に牛乳の量を減らし硬さを調整してください。

●調理後は冷蔵庫で保管し、お早めにお召し上がりください。●開封後は吸湿しやすいので、密封してお早めにご使用ください。

●栄養成分表示

	エネルギー	水分	たんぱく質	脂質	炭水化物		灰分	ナトリウム	カリウム	カルシウム	リン	鉄	亜鉛	セレン	食塩相当量	
					糖質	食物繊維										
	kcal	g	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	μg	g	
黒ごまプリンMix	100gあたり	414	1.8	13.4	7.3	72.2	3.1	2.2	197	318	293	200	80.0	50.0	200	0.5
	10gあたり	41	0.2	1.3	0.7	7.2	0.3	0.2	20	32	29	20	8.0	5.0	20	0.05
バナナ風味プリンMix	100gあたり	382	1.8	12.0	0.2	82.1	1.9	2.0	102	339	245	272	80.0	50.0	200	0.3
	10gあたり	38	0.2	1.2	0	8.2	0.2	0.2	10	34	25	27	8.0	5.0	20	0.03
ココアプリンMix	100gあたり	375	3.9	13.6	2.3	72.3	5.1	2.8	122	700	173	286	50.0	50.0	200	0.3
	10gあたり	38	0.4	1.4	0.2	7.2	0.5	0.3	12	70	17	29	5.0	5.0	20	0.03
苺ミルクプリンMix	100gあたり	410	1.8	8.0	4.9	82.4	1.9	1.0	157	227	9	116	50.0	50.0	200	0.4
	10gあたり	41	0.2	0.8	0.5	8.2	0.2	0.1	16	23	1	12	5.0	5.0	20	0.04
練乳あずきプリンMix	100gあたり	390	1.1	7.6	0.3	88.1	2.3	0.6	35	62	8	99	80.0	50.0	200	0.09
	10gあたり	39	0.1	0.8	0	8.8	0.2	0.1	4	6	1	10	8.0	5.0	20	0.01
抹茶風味プリンMix	100gあたり	386	2.3	8.3	0.2	86.6	2.2	0.4	31	56	9	64	50.0	50.0	200	0.08
	10gあたり	39	0.2	0.8	0	8.7	0.2	0.0	3	6	1	6	5.0	5.0	20	0.01
カスタード風味プリンMix	100gあたり	385	2.4	12.3	1.2	80.2	2.2	1.7	94	272	189	251	80.0	50.0	200	0.2
	10gあたり	39	0.2	1.2	0.1	8.0	0.2	0.2	9	27	19	25	8.0	5.0	20	0.02

●できあがりの栄養成分(1食70gあたり 本品10g+牛乳60g・普通牛乳を使用)

	エネルギー	水分	たんぱく質	脂質	炭水化物		灰分	ナトリウム	カリウム	カルシウム	リン	鉄	亜鉛	セレン	食塩相当量
					糖質	食物繊維									
	kcal	g	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	μg	g
黒ごまプリンMix	78	52.6	3.3	3.0	10.1	0.3	0.6	44	122	95	76	8.0	5.2	22	0.1
バナナ風味プリンMix	75	52.6	3.2	2.3	11.1	0.2	0.6	35	124	91	83	8.0	5.2	22	0.09
ココアプリンMix	74	52.8	3.3	2.5	10.1	0.5	0.7	37	160	83	84	5.0	5.2	22	0.09
苺ミルクプリンMix	78	52.6	2.8	2.8	11.1	0.2	0.5	40	113	67	67	5.0	5.2	22	0.10
練乳あずきプリンMix	76	52.6	2.7	2.3	11.7	0.2	0.5	28	96	67	66	8.0	5.2	22	0.07
抹茶風味プリンMix	75	52.7	2.8	2.3	11.5	0.2	0.5	28	96	67	62	5.0	5.2	22	0.07
カスタード風味プリンMix	75	52.7	3.2	2.4	10.9	0.2	0.6	34	117	85	81	8.0	5.2	22	0.08

	原材料名	JANコード
黒ごまプリンMix	砂糖(国内製造)、脱脂粉乳、黒ごま、デキストリン、乳糖、ゼラチン、寒天、亜鉛含有酵母、セレン含有酵母/クエン酸第一鉄ナトリウム、ゲル化剤(カラギナン)、酸化防止剤(ローズマリー抽出物)	4538825690107
バナナ風味プリンMix	麦芽糖(国内製造)、砂糖、脱脂粉乳、ゼラチン、寒天、黒糖、亜鉛含有酵母、セレン含有酵母/トレハロース、香料、ゲル化剤(カラギナン)、ピロリン酸第二鉄、着色料(クチナシ)	4538825690114
ココアプリンMix	砂糖(国内製造)、麦芽糖、ココアパウダー、脱脂粉乳、ゼラチン、寒天、クレーミングパウダー、亜鉛含有酵母、セレン含有酵母/トレハロース、ゲル化剤(カラギナン)、乳化剤、ピロリン酸第二鉄	4538825690121
苺ミルクプリンMix	麦芽糖(国内製造)、砂糖、クレーミングパウダー(乳成分を含む)、ゼラチン、いちご果汁粉末、寒天、亜鉛含有酵母、セレン含有酵母/香料、クエン酸第一鉄ナトリウム、ゲル化剤(カラギナン)、着色料(紅麴)	4538825690138
練乳あずきプリンMix	乳糖(アメリカ製造)、砂糖、ゼラチン、乾燥あん、寒天、亜鉛含有酵母、セレン含有酵母、練乳加工品/香料、ゲル化剤(カラギナン)、ピロリン酸第二鉄、着色料(カカオ、紅麴)	4538825690169
抹茶風味プリンMix	麦芽糖(国内製造)、砂糖、デキストリン、ゼラチン、寒天、亜鉛含有酵母、抹茶、セレン含有酵母/香料、着色料(クチナシ)、ゲル化剤(カラギナン)、ピロリン酸第二鉄	4538825690145
カスタード風味プリンMix	砂糖(国内製造)、脱脂粉乳、ゼラチン、クレーミングパウダー、寒天、亜鉛含有酵母、セレン含有酵母/トレハロース、香料、ゲル化剤(カラギナン)、ピロリン酸第二鉄、乳たん白、甘味料(スクラロース)、着色料(カロチン)	4538825690152

●規格:500g×20袋/ケース

●賞味期限:1年



ヘルシーフード株式会社

〒191-0012 東京都日野市日野756
TEL.042-581-1191 FAX.042-581-2170
URL <http://www.healthy-food.co.jp>