


アップルパイ (乳・小麦)			(幼児1人分の分量) *大人は2倍にしてください
材 料	分 量	備 考	作 り 方
パイシート	35g	卵無を使用 長方形シート1/3	りんごはいちょう切りにする。鍋にあんずジャムと水を入れて火にかけ、ひと煮立ちさせる。 鍋にりんご、砂糖、レモン汁を入れて火にかけ、コンポートを作る。 適宜水を加えて煮る。 パイシートを1/3に切り、パイシートの半分にコンポートをのせ、残りの半分を折り返してフォークでパイのふちをかるくとしる。 オープンでパイを焼き、焼けたらあんずジャムを塗って照りをだす。
りんご	20g	いちょう切り	
砂糖	1g	少々	
レモン汁(果汁100%)	少々		
あんずジャム	適量		
水	適量		
			
			エネルギー 145kcal たんぱく質 2.0g 脂質 7.3g カルシウム 6mg 鉄 0.1mg 食塩相当量 0.1g

料理名の後の()の食品は特定原材料のうち使用している食品です。