

バナナスクエア（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
ホットケーキの素	15g	卵・乳無を使用	<p>ホットケーキの素、豆乳、サラダ油を混ぜ合わせて生地を作る。 バナナは1cm幅程度の半月切り又はいちょう切りにし、色止めにレモン汁をまぶす。 の生地に をさっくりと混ぜ、鉄板に生地を流し入れてオープンで焼く。 焼けたら四角に切り分け、皿に盛り付ける。</p>
豆乳	12.5g	大きじ1弱	
サラダ油	3g	小さじ1弱	
バナナ	15g	小1/6本	
レモン汁	少量		
			<p>エネルギー：104kcal たんぱく質：1.7g 脂質：4.1g カルシウム：20mg 鉄：0.3mg 食塩相当量：0.2g</p>



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。