

パンケーキ（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、砂糖、豆乳を混ぜ合わせて生地を作る。 鉄板に生地を流し入れてオーブンで焼く。 焼けたら1人分に切り分け、皿に盛り付けてジャムを添える。</p> <p>* 豆乳は、同量の牛乳に変更してもよい。</p> <div data-bbox="1053 554 1380 823" data-label="Image"> </div>
砂糖	2.5g	小さじ1弱	
豆乳	12.5g	大さじ1弱	
いちごジャム	5g	小さじ1弱	
			<p>エネルギー 82kcal      たんぱく質 1.6g      脂質 1.1g カルシウム 20mg      鉄 0.2mg      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。