



ポップコーン(乳)		(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
ポップコーン(乾)	6g		<p>鍋にサラダ油とバターを入れて溶かす。 ポップコーンを入れて蓋をし、コーンが焦げ付かないように注意しながら、中火～強火でゆすりながら熱する。 はじける音がしなくなったら蓋を開け、3等分にし、それぞれ味付けをする。</p> <p>乳アレルギーの場合は、バターをサラダ油に替えましょう。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">   </div>
サラダ油	1.5g	小さじ1/2	
バター	1.5g	"	
<b>塩味</b>			
塩	適宜		
<b>カレー味</b>			
カレー粉	適宜		
塩	少々		
<b>青のり味</b>			
青のり	適宜		
塩	少々		
			<p>エネルギー 47kcal    たんぱく質 0.6g    脂質 3.0g カルシウム 1mg    鉄 0.2mg    食塩相当量 0.3g</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。