


メープルクッキー（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
薄力粉	25 g	大きじ3弱	薄力粉、砂糖をビニール袋に入れ、振り混ぜる。 サラダ油、豆乳、メープルシロップを加えて混ぜ合わせ、生地をまとめる。 生地がまとまったら、袋を開き成形する。 180 のオーブンでこんがり色がつくまで焼く。 生地が乾燥しないよう、ビニール袋などに入れて作りましょう。
砂糖	5 g	大きじ1/2	
サラダ油	8 g	小さじ2	
メープルシロップ	3 g	小さじ1/2	
豆乳	5 g	小さじ1/2	
			
			エネルギー 203kcal たんぱく質 2.2g 脂質 9.4g カルシウム 10mg 鉄 0.2mg 食塩相当量 0g

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。