

りんごケーキ(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
りんご	20g		<p>りんごは皮をむき、5mm~1cm角に切る。            ホットケーキの素、豆乳、サラダ油を混ぜあわせて生地を作る。            にを加えさっくり混ぜ合わせ、鉄板に生地を流し入れ            オープンで焼く。            皿に盛り付け、冷めたら粉砂糖を振る。</p> <p>豆乳のかわりに、同量のオレンジジュースにかえ、砂糖を1g            加えて作ると、オレンジケーキが楽しめます。</p>
ホットケーキの素	20g	卵、乳無を使用	
豆乳	15g	大さじ1	
サラダ油	4g	小さじ1	
粉砂糖	適宜		
			<p>エネルギー 133kcal    たんぱく質 2.1g    脂質 5.5g            カルシウム 26mg    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。