



| 八口ウィンケーキ(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  |
| かぼちゃ                             | 30 | 種と皮を除いて  | <p>かぼちゃは種と皮をとり、蒸すか茹でてつぶしておく。砂糖、ホットケーキの素、サラダ油、豆乳、 のかぼちゃを混ぜて、アルミカップに生地を入れる。を180度のオーブンで20分ほど焼く。</p> <p>*ホットケーキの素は卵や乳が含まれているものがありますので、原材料をよく確認してください。</p> <p>パウンドケーキなどの型に入れて焼いても良い。かぼちゃの皮を目として上に乗せても楽しい。豆乳を同量の牛乳にかえてもおいしい。</p> |
| 砂糖                               | 5  | 大さじ1/2強  |  |
| ホットケーキの素                         | 12 | 大さじ1と1/3 |  |
| サラダ油                             | 6  | 大さじ1/2   |  |
| 豆乳                               | 5  | 小さじ1     |  |
| アルミカップ                           | 1個 |          |  |
|                                  |    |          |    |
|                                  |    |          | <p>エネルギー 144kcal    たんぱく質 1.6g    脂質 6.7g<br/> カルシウム 17mg    鉄 0.2mg    食塩相当量 0.1g</p>   |
| 料理名の中の( )の食品は特定原材料のうち使用している食品です。 |    |          |  |