

甘辛マカロニ (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
マカロニ	15g		鍋にたれの調味料を入れて火にかけ、水で溶いた片栗粉を加えてとろみをつけ、たれを作る。 マカロニは表示通りの時間で茹でて、水気を切って と和える。
砂糖	3g	小さじ1	
しょうゆ	3g	小さじ1/2	
水	10cc	小さじ2	
片栗粉	0.5g	水で溶く	
			
			エネルギー 75kcal たんぱく質 2.3g 脂質 0.4g カルシウム 4mg 鉄 0.3mg 食塩相当量 0.4g

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。