お月見蒸しパン			幼児5人分の分量（栄養価は幼児1人あたり）
材料	分量	備考	作り方
かぼちゃ	75g		①かぼちゃは皮を除き、蒸した後つぶしておく。 ②小麦粉はベーキングパウダーとあわせてふるっておく。 ③ボウルにサラダ油、砂糖を入れよく混ぜ、 　さらに豆乳を加えて混ぜる。 ④③に①のかぼちゃを入れてよく混ぜ、②を入れて 　さっくりと混ぜ合わせる。 ⑤④をアルミカップに入れて蒸す。
小麦粉	85g		
ベーキングパウダー	小さじ1		
サラダ油	大さじ2		
砂糖	45g		
豆乳	50ml		
			エネルギー 148kcal　たんぱく質 1.5g　脂質 5.0g カルシウム 24mg　鉄 0.3mg　食塩相当量 0.1g