バナナスクエア			(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
ホットケーキの素	15g		①バナナは1㎝幅程度の半月切り又はいちょう切りにし、 色止めにレモン汁をまぶす。 ②豆乳とサラダ油を混ぜ、②のバナナを入れて混ぜ合わせる。 ③②にホットケーキの素をさっくりと混ぜ、 天板に生地を流し入れてオーブンで焼く。 ④焼けたら四角に切り分け、皿に盛り付ける。
豆乳	12.5g		
サラダ油	3g		
砂糖	6ｇ		
バナナ	15g		
レモン汁	少量		
			エネルギー　126kcal　たんぱく質　1.7ｇ　脂質　4.1ｇ カルシウム　20mg　鉄　0.3mg　食塩相当量　0.2ｇ