かぶのカラフルサラダ			(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	
かぶ	25g		①かぶはいちょう切りにして、パプリカときゅうりは一口大に切り、さっと茹でる。 ②ベーコンはせん切りにしてカリカリに炒める。コーンは水気を切っておく。 ③①、②を混ぜ合わせ、しょうゆ、酢、油、砂糖を混ぜたドレッシングで和える。
パプリカ（赤）	5ｇ		
きゅうり	10ｇ		
ホールコーン（缶）	10ｇ		
ベーコン	5ｇ		
しょうゆ	1.5ｇ		
酢	2ｇ		
サラダ油	2ｇ		
砂糖	1ｇ		
			エネルギー 58kcal　たんぱく質 1.3g　脂質 4.0g カルシウム 11mg　鉄 0.2mg　食塩相当量 0.3g