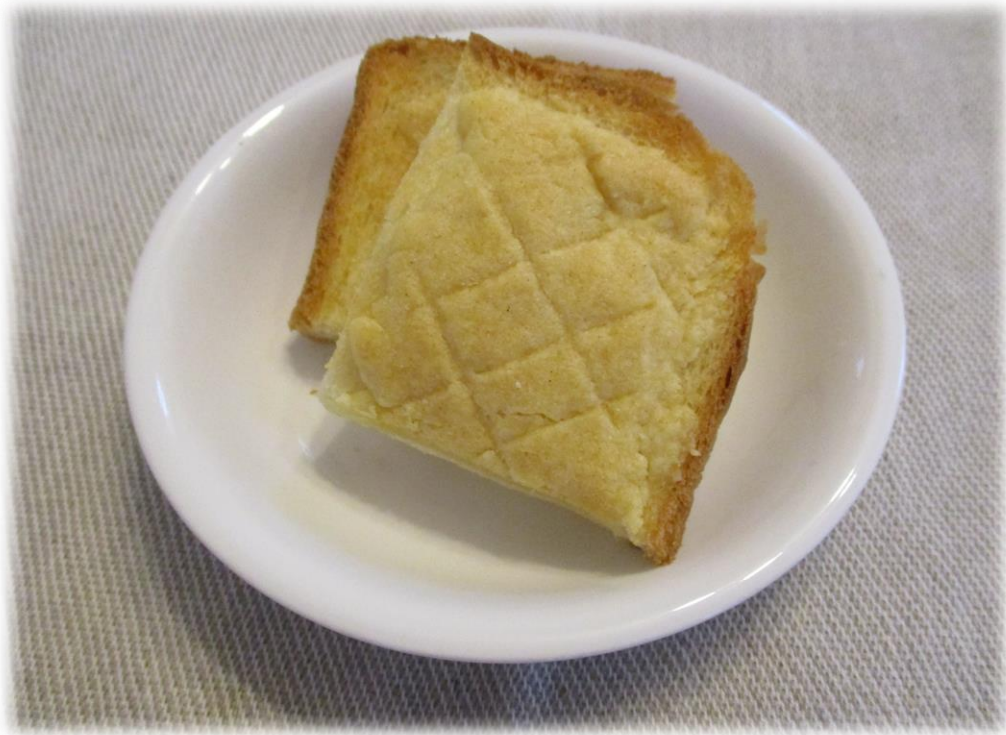


メロンパン風トースト



【材料】 2人分

食パン(6枚切り)	1枚
ホットケーキミックス	20g
マーガリン	16g
砂糖	小さじ2杯

【作り方】

- ①マーガリンは常温に戻し柔らかくする。
- ②マーガリンと砂糖を合わせて、よく混ぜる。
- ③ホットケーキミックスを加えて混ぜ、クッキー生地を作る。
- ④食パンに③を塗り、ナイフで格子模様をつける。
- ⑤オーブンでほんのり焼き色がつくまで焼く。

【栄養価】 子ども1人分

エネルギー	164kcal	脂質	7.9g
タンパク質	2.7g	塩分	0.5g