

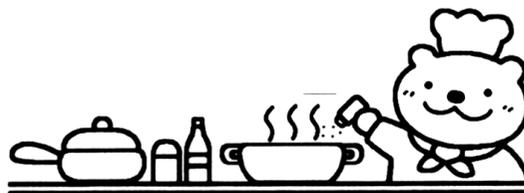
# ふわふわスープ

## <作り方>

- ① **白はんぺん**は1.5 cm×5 mmに切る。
- ② **三つ葉**は、1 cmの長さに切る。
- ③ 鍋に**コンソメスープ**を作り、①**白はんぺん**を入れて煮る。 **塩**で味をととのえる。
- ④ 最後に、②**三つ葉**を加える。

## ●栄養価（大人1人分）

エネルギー	15 kcal
たんぱく質	1.2 g
脂質	0.2 g
塩分	1.1 g



材 料（大人4人分）	ぱくぱく	かみかみ後期	かみかみ前期	もぐもぐ	ペースト
白はんぺん 40 g	1.5 cm×5 mm	1 cm×5 mm	ミルサーにかけて		もぐもぐを ペースト にする
三つ葉 12 g	1 cm長さ		細かいみじん	ざらつきのあるペースト	
水 600 cc			水を足してミルサーにかけてこす		
コンソメ顆粒 8 g					
塩 ひとつまみ					

※こどもは大人の2/3量が目安です。

※都合により、給食の食材を変更する場合があります。