

ミルキーゼリー

<作り方> 40mlココット10個分 【ゼラチンの場合】

① 牛乳(50ml)にゼラチンをふり入れ ふやかしておく。

② 小さい鍋に牛乳(150ml)、砂糖を入れて煮溶かす。

③ ②に①を加え、ゼラチンを溶かし、溶けたら火を止める。

④ ③に残りの牛乳(200ml)と練乳を入れてよくかき混ぜる。

⑤ ④を型に流し込み、冷蔵庫で冷やし固める。

ゼラチンは沸騰すると
固まりにくくなります。
沸騰させないように
気を付けましょう。

●栄養価 (ココット1個分)

ゼラチン / 寒天

エネルギー	46kcal	/	43kcal
たんぱく質	2.5g	/	1.6g
脂質	1.8g	/	1.8g
カルシウム	54mg	/	55mg



寒天の場合は
しっかり沸騰させることで
固まります。

【寒天で作る場合】

- ①鍋に牛乳(200ml)、寒天、砂糖を入れて火にかける。
焦がさないようにしながら一度**沸騰させ**、寒天と砂糖をしっかり溶かす。
②①に残りの牛乳(200ml)と練乳を入れてよくかき混ぜる。
③②を型に流し込み、冷蔵庫で冷やし固める。

材 料 (40mlココット10個分)	ぱくぱく・かみかみ後期・かみかみ前期	もぐもぐ	ペースト
牛乳 400ml			
ゼラチン 10g / 寒天 2.2g			
砂糖 15g			
練乳 40g			
		ゼラチンの場合	
		食べづらい場合は電子レンジで溶かす	
	大人と同じ	寒天の場合	
		クラッシュする	ペーストにする

※都合により、給食の食材を変更する場合があります。