

牛乳寒天



寒天は、しっかり沸騰させることで固まります！

<作り方>

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。

② ①に**残りの牛乳(200ml)**を加え、よくかき混ぜる。

③ ②をココットに流し入れ、冷蔵庫で冷やし固める。

④ 固まったら、**みかん缶詰**をのせる。

●栄養価（ココット1個分）
 エネルギー 38kcal
 たんぱく質 1.3g
 脂質 1.5g
 カルシウム 46mg

★ジャムやフルーツソース、きな粉を
 かけてもおいしいですよ♪



※ 写真はブルーベリーソース



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 （ 200ml（寒天・砂糖を溶かす） 200ml（後から加える） ）	大人と同じ		固まったものを クラッシュする	ミルサーにかけて ペーストにする
粉寒天 2.2g				
砂糖 20g				
みかん缶詰 10粒	そのまま	あらみじん	みじん切り	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。				