

牛乳寒天



＜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。

寒天は、しっかり沸騰させることで固まります！

●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。