

牛乳寒天



<作り方>

- ① 分量の半分の牛乳に粉寒天を入れて、煮溶かす。（※沸騰させる）
- ② ①に砂糖を入れて溶かした後、
電子レンジで人肌程度に温めた残りの牛乳を加え、よく混ぜる。
- ③ 容器に均等に流し入れ、冷蔵庫で冷やし固める。
- ④ フルーツソースをかける。

●栄養価（40ccココット1個分）
 エネルギー 46 kcal
 たんぱく質 1.4 g
 脂質 1.5 g
 塩分 0.04 g

いろいろな味のソースで
 試してみてください。



※ 写真はブルーベリーソース

材 料（作りやすい分量）	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 800cc 400cc（寒天・砂糖を溶かす） 400cc（後から加える）	大人と同じ		ミルサーにかけて トロミ調整剤で とろみをつける
粉寒天 4g			
砂糖 80g	そのまま		粒がある場合は こしてなめらかにする
フルーツソース 40g			

※都合により、給食の食材を変更する場合があります。