

☆新メニュー紹介

鶏肉のあんず焼き



あんずジャムを使って、鶏肉のおいしさと柔らかさがアップ!

材料（幼児1人分）	分量（g）	作り方
鶏もも肉（皮付き）	50g	①あんずジャムとしょうゆと酒を混ぜて、鶏肉を漬け込む。 ②①を天板に並べて、200～220℃のオーブンで約10～15分焼く。
あんずジャム	5	
しょうゆ	2	
酒	1	
【栄養価】		
エネルギー	118kcal	蛋白質 8.5g
脂質	7.1g	カルシウム 4mg
鉄分	0.3mg	塩分 0.4g