

☆新メニュー紹介

鶏肉のあんず焼き



あんずジャムを使つて、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。
あんずジャム	5	②①を天板に並べて、200～220℃のオーブンで約10～15分焼く。
しょうゆ	2	
酒	1	

【栄養価】

エネルギー	118 kcal	蛋白質	8.5 g
脂質	7.1 g	カルシウム	4mg
鉄分	0.3mg	塩分	0.4 g