

小学生もがんにばったで賞

朝ごはん献立名

- 豆腐と豆乳のホットケーキ
- フルーツヨーグルト
- ハムエッグ
- サラダ
- コーンスープ



★おすすめポイント

ホットプレートを使って子どもでも簡単に作れる。インスタントのスープや市販のサラダを利用し、時短しています。

料理名【豆腐と豆乳の ホットケーキ】

材料（4人分）

ホットケーキミックス1袋	200g
豆腐1パック	150g
豆乳	100cc
卵	1個

オリーブオイル（焼くときに使用）

バター	} お好みで
マーガリン	
はちみつ	

作り方

- ① 材料を混ぜ合わせて、ホットプレートで焼く。
※バターやはちみつをお好みで。