

乾パンの アレンジメニュー パンがゆ



材料	分量
乾パン	4個
水	50ml



栄養量

エネルギー	39kcal
たんぱく質	1.0g
脂質	0.4g
炭水化物	7.9g
食塩相当量	0.1g

(日本食品標準成分表2015年版(七訂)にて算出)



①乾パンを砕く。



②①に水を加え、加熱する。



※裏ごしするとなめらかになる。

※特に、赤ちゃんの離乳食として与える場合は、乾パンの原材料表示を確認の上、作ってください。