きなこ揚げパン



材料（幼児4人分）

- コッペパン…４個
- きな粉…大さじ１
- 砂糖…大さじ１
- 揚げ油…適量

作り方

① パンを１７０℃の油で揚げる。
② きな粉、砂糖を混ぜ、①が熱いうちにまぶす。

POINT!

✧ 揚げ時間は片面３０秒程度でよいです。
✧ ココアパウダーをまぶしてもおいしいです。

栄養価（幼児1人分）

エネルギー 137kcal　たんぱく質 4.1ｇ　カルシウム 19mg　鉄 0.6mg