きなこ棒



材料（幼児4人分）

- きな粉…70g
- 砂糖…30g
- 塩…1g
- 練乳…100g
- 仕上げ用きな粉…適量

作り方

① 仕上げ用きな粉以外の材料をボウルに入れて混ぜる。
② 直径１cmくらいの棒状に伸ばし、３cmくらいの長さで切る。
③ 仕上げ用のきな粉をまぶす。

POINT!

- ✧ 砂糖やきな粉はお好みのものを使用してください。
- ✧ すりごまを5g加えてもおいしいです。
- ✧ 材料を混ぜた時に粘土くらいの硬さになるように調整すると作業しやすいです。
- ✧ 練乳ではなく、水あめ（分量はそのまま）でも作ることができます。

栄養価（幼児1人分）

エネルギー 187kcal　たんぱく質 11.2ｇ　カルシウム 133mg　鉄 1.9mg