

あ 揚げパン



エネルギー：366kcal
たんぱく質：10.0g
食塩相当量：1.0g
(1人当たり)

ワンポイント

やわらかいパンだと油を吸い過ぎるので、水分の少ない固めのパンでするのがおすすめです。



ざいりょう
材料(4人分) ※給食では調味料が少なめです。調整してください。

☆きな粉…36g

あ あぶら てきりょう
揚げ油…適量

☆砂糖…大さじ2

こっぺパン(かた)…4本

☆塩…少々

作り方

- ① 油でコッペパンを揚げる。
- ② ☆を合わせておく。
- ③ 揚げたパンに合わせて☆をまぶす。