これでバッチリ！幼児のおやつ♡

＜ワークシート④＞

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 材料 | 分量 | エネルギー量 | はたらき |
|  |  | kcal |  |
|  |  | kcal |  |
|  |  | kcal |  |
|  |  | kcal |  |
|  |  | kcal |  |
|  |  | kcal |  |
|  |  | kcal |  |
|  |  | kcal |  |
|  |  | kcal |  |
|  |  | kcal |  |
|  |  | kcal |  |
|  |  | kcal |  |
|  |  | kcal |  |
|  |  | kcal |  |

～おやつの献立を完成させよう～

おやつ名

エネルギー量　　　　　　　　　　　　kcal

♡献立の説明，工夫点♡

作り方

