

（ ） フォーク おうちで作ろう! （ ） スプーン
みんな大好き給食メニュー



写真は東光こども園で撮影しました

Vol.9 豆乳ヨーグルト サラダ

隠し味のノンエッグマヨネーズが、味をまろやかにしてくれます。フルーツは何を入れてもOK! お好みの味を見つけてください。

■材料（4人分）

豆乳ヨーグルト … 60g
黄桃（缶詰） … 60g
パイナップル（缶詰） … 60g
みかん（缶詰） … 60g
バナナ … 小1本
ノンエッグマヨネーズ（普通のマヨネーズでも可） … 小さじ2弱

■作り方

- ① 缶詰のフルーツをザルにあけて水気を切る。黄桃とパイナップルは一口大に切る。
- ② バナナを5mmの輪切りにする。
- ③ ①②に豆乳ヨーグルト、ノンエッグマヨネーズを加え、あえる。