



幼児食レシピ

令和2年

★じゃがいものおやき

【材料】（8～10個）

じゃがいも	2個
にんじん	1/4本
ねぎ	1/4束
塩	少々
油	適量
（ポン酢）	少々

【作り方】

- ① じゃがいもの皮をむき、すりおろして水けをきる。
- ② にんじんをせん切りにする。
- ③ ねぎを小口切りにする。
- ④ ①、②、③、塩少々を混ぜる。
- ⑤ フライパンで焼く。
- ⑥ お好みでポン酢少々をぬる。



※ツナや納豆を入れてもおいしいですよ！
※おやつや朝ごはんにもおすすめ！



善通寺市 子ども課