

しっとりフレンチトースト



【材料(作りやすい分量)】

食パン(8枚切り)	1枚
卵	1個
冷凍ブロッコリー	2個
牛乳	大さじ2
砂糖	大さじ1/2
バター	適量

【作り方】

- ① 食パンをお子さんの一口大にちぎる。卵を溶いておく。冷凍ブロッコリーをすりおろす。
- ② ボウルに卵、冷凍ブロッコリー、牛乳、砂糖を入れて混ぜ、食パンを加えて卵液をまといわせる。
- ③ フライパンにバターを薄くひき、②を薄く広げて弱火で両面じっくり焼く。
- ④ 手づかみ食べしやすい形に切る。

🔍食パンをちぎることで、かじりやすく、飲み込みやすいフレンチトーストになります🔍

手づかみ食べしやすい形

初級 (手のひらで握る)

中級 (指先でつまむ)

上級 (手で持ってかじる)

俵型



ごはん

薄いおにぎり



三角



スティック



パン

一口大



ロール状



スティック



野菜

一口大



離乳食・幼児食レシピ集



果物

お子さんの
こぶしから
少しはみ出る
くらいの長さ



薄切り



くし型

