

きなこ揚げパン

エネルギー	397kcal
たんぱく質	10.5g
脂質	13.0g
食塩相当量	0.9g

★材料(4人分)

コッペパン		4個
揚げ油		適量
きなこ		大さじ5
きび砂糖		大さじ4・1/2

★作り方

- ① きなこときび砂糖を混ぜる。
- ② コッペパンを180℃の油で、くるくる回しながら1分30秒揚げる。
- ③ パンが熱いうちに①をまぶす。

給食の不動の人気メニュー。
高温短時間で揚げることで、熱いうちにきなこ砂糖をまぶすことがおいしさのポイントです。

