メロンパン

6個分

食品名	使用量(g)	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	カリウム(mg)	リン(mg)	食塩(g)
ジンゾウ先生のでんぷんホットケーキミックス	200	764	0.0	6	56	1.2
卵	50	76	6.2	65	90	0.2
サラダ油	40	368	0	Tr	Tr	o
グラニュー糖	10	39	0	Tr	0	0
バニラエッセンス	少々					
合計		1247	6.2	71	146	1.4

１個当たりの栄養成分　エネルギ□208kcal□タンパク質1.0g

riuさんのレシピ20110525