

セサミクッキー

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)
ジツウ 先生 のでんぷん薄力粉	150	540	0.3	15	48	0.3
でんぷんホットケー キミックス	50	191	0	2	14	0.3
無塩バター	120	916	0.6	26	22	0
砂糖	40	154	0	□□	□□	0
粉あめ	30	117	0	-	-	0
いりごま	10	60	2	41	56	0
合計(30枚)		1978	2.9	84	140	0.6
(1枚当たり)		□66□	□0.1□	□3□	□5□	□0.02□