

クリームチーズとマーマレードのホットサンド ～ゆめベーカリー たんぱく質調整丸パンを使ったレシピ～



■材料【1人分】

ゆめベーカリー たんぱく質調整丸パン ……………
…………… 1袋(標準重量50g)
クリームチーズ …………… 10g
オレンジマーマレード …………… 10g

■作り方

- ①ゆめベーカリー たんぱく質調整丸パンは水平に半分に切り、パッケージに記載の通りトースターで加熱する。
- ②①の下側にクリームチーズを塗り、その上にオレンジマーマレードをのせて挟む。

♪ワンポイントアドバイス

ゆめベーカリー たんぱく質調整丸パンは、中心部まで熱を通すため、水平に半分に切り、トースターで3～5分加熱して下さい。

栄養成分値(1人分)

エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)
190	1.0	6.5	33.3
ナトリウム (mg)	カリウム (mg)	リン (mg)	食塩相当量 (g)
47	20	25	0.1

ゆめベーカリー たんぱく質調整丸パンのナトリウム、食塩相当量は上限値で計算しております。

日本食品標準成分表2020年版(八訂)で計算
弊社商品は商品パッケージの栄養成分表示から計算

■使用製品



ゆめベーカリー たんぱく質調整丸パン