

ヨーグルト(キウイゼリー添え)~マクトンゼロパウダーを使ったレシピ~



■材料(1人分)

ヨーグルト(無糖)	40g
砂糖	2g
マクトンゼロパウダー	6.4g(約1/2包)
ソフトアガロリー キウイ	83g(1個)

■作り方

- ① ヨーグルトに砂糖、マクトンゼロパウダーを混ぜる。
- ② ①を器に盛り付け、フォークなどでくずしたソフトアガロリー キウイをかける。

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)
233	1.4	6.2	42.7
ナトリウム (mg)	カリウム (mg)	リン (mg)	食塩相当量 (g)
22	73	41	0.1

日本食品標準成分表2010で計算

■使用商品



マクトンゼロパウダー



ソフトアガロリー キウイ