

海苔の佃煮



1人分の栄養価

エネルギー	67kcal
たんぱく質	2.7g
脂質	1.8g
炭水化物	10.7g
ナトリウム	823mg
食塩相当量	2.1g

このレシピで使う商品



テルミールアップリード
(りんご風味)

材料 (1人分)

テルミールアップリード (りんご風味)	10g
海苔の佃煮	30g

作り方

- 1 海苔の佃煮とテルミールアップリード (りんご風味) をしっかりと混ぜる。

※ 市販品に含まれる分量によって、栄養成分は変更いたします。
ご注意ください。