



📖 フレンチトースト 📖

・大人用

材料（2人分）

食パン（8枚切り）	4枚
牛乳	3/4カップ
卵	1個
砂糖	大さじ1
バター	大さじ1

作り方

- ① 食パンを1/2に切る。
- ② 牛乳・卵・砂糖をよく混ぜ、食パンを両面浸す。
- ③ フライパンにバターを入れ、焦がさないように溶かして、中火で②をこんがり焼く。

・かみかみ期（9～11カ月頃）

材料（1人分）

食パン	1/2枚
牛乳	大さじ2
バター	小さじ1

作り方

- ① 食パンは耳を切り落とし1cm角に切り、牛乳に浸す。
- ② フライパンにバターを溶かし、①を入れ焦がさないように焼く。

・ぱくぱく期（12～18カ月頃）

材料（1人分）

大人用と同じフレンチトースト
1/2枚分

作り方

- ① 大人用の出来上がりから取り分ける。
- ② 手で食べやすい短冊に切る。