

トマトと粉チーズのスープ（とろみ）

スープにとろみをつけました

コード3



材料

■1人分	
カットトマト	大さじ2 (約40g)
粉末コンソメ	小さじ1/2
水	3/4カップ (150ml)
塩	ひとつまみ
砂糖	小さじ2
粉チーズ	小さじ1
とろみ調整食品	小さじ1 (約3g)

※1) ネオホワイトロミールスリム (フードケア) を使用した場合

作り方

- ① 耐熱容器にAを入れ、ふんわりとラップをし500Wで2分加熱する。
- ② ①にとろみ調整食品を少しずつ振り入れながら、よくかき混ぜる。

栄養価 (1食分)

エネルギー	57kcal
たんぱく質	1.80g
食塩	1.0g

ワンポイント

- とろみは入れてから、5分程度おくととろみが安定します

とろみ調整食品を購入される方は

とろみ調整食品は、通販サイトでお求めになれます。また、介護食品を取り扱っている薬局・薬店でも、お問い合わせいただければお取り寄せいただける場合がございます。お近くの取扱い店については、ページ下部の「食べるを支える」HPにてご確認ください。

最新の情報をご覧になりたい方は以下HPをご覧ください。
「食べるを支える」HP → <http://www.shokushien.net/>
(「食べるを支える」のキーワードでWeb検索できます)

