

焼き芋

容易にかめる



材料

■1人分

焼き芋 1/3本 (80g)

作り方

栄養価 (1食分)

エネルギー	177kcal
たんぱく質	1.1g
食塩	0.1g

注意事項

一度に多くの量を食べるとのどに詰まりやすいので、
少しずつお茶などの水分を一緒にお召し上がりください

