

# 黒糖まんじゅう

容易にかめる



## 材料

## 作り方

### ■1人分

市販 黒糖まんじゅう 1個 (110g)

## 栄養価 (1食分)

エネルギー	286cal
たんぱく質	5.4g
食塩	0.2g

## 注意事項

少しずつ手でちぎってお召し上がりください

