

# おすすめ朝ごはん



【料理名】		ジャムラテ	
食品名	1人分	切り方	作り方
牛乳	200ml		① 牛乳に、お好みのジャムを加えて、よく混ぜ合わせる。
お好みのジャム	大さじ2		
イチゴジャム			
ブルーベリージャム			
オレンジマーマレード			

