

つくってみよう！給食^{きゅうしょく}レシピ

ブルーベリーヨーグルト

＜材料（5人分）＞

- ・無糖^{むとう}ヨーグルト 250g
- ・ブルーベリージャム ^{おお}大さじ2
- ・上白糖^{じょうはくとう} ^{おお}大さじ1と1/2



＜作り方＞

1. ボールにヨーグルト、ジャム、上白糖^{じょうはくとう}を入れ、よく混ぜて完成！

既製品^{きせいひん}もありますが、給食^{きゅうしょく}では無糖^{むとう}ヨーグルトとジャム、砂糖^{さとう}を混ぜて作っています。混ぜるだけの簡単^{かんたん}レシピなので、気軽^{きがる}に作ってみてくださいね。ジャムの種類^{しゅるい}を変えると、いろんな味のヨーグルトを作ることができますよ！

～献立例～

- ★むぎごはん
- ★鮭^{さけ}の塩焼き^{しおや}
- ★ブロッコリーのごま和え^{あえ}
- ★ほうとう
- ★ブルーベリーヨーグルト
- ★牛乳^{ぎゅうにゅう}

