## カラフルパンケーキとクラムチャウダー

	ýp	絹ごし豆 腐	きで糖	289油	米粉
カラフルパンケーキ				RICE	RiceR
	ベーキン ゲパウダー BAKING POWDER	にんじん	ほうれん草	2N++	アーモンドミ ルク (無糖)
	メープルシ ロップ Maple Syrup	ミルクチョ	ホワイトチョコ		
クラムチャウダー	じゃがいも	にんじん	玉ねぎ	ブロッコリー	あさり(水煮)
	NA Westernand	シチュールウ (顆粒タイプ) シチュールウ	<b>牛乳</b> MILK	お湯	あさりの水煮の汁