

# トッピングアイス

2021年度作成



## 栄養価（1人分）

エネルギー 219 kcal

たんぱく質 4.0 g

塩分 0.3 g

## 材料（2人分）

- ・アイスクリーム 200g  
（バニラ）
- トッピング
- ・イチゴジャム 大さじ2～4
- 他に  
バナナ、ももシロップ漬、  
マーマレード など

## 作り方

- ① 器にアイスクリームをのせ、ジャムをのせる。

## コツ・ポイント

- ・見た目も美しく、口当たりがよく食べられます。



公益社団法人石川県栄養士会 いしかわ栄養ケア・ステーション  
〒921-8105 金沢市平和町1丁目3番1号 石川県平和町庁舎3階  
TEL : 076-259-5061 <http://www.ishikawa-eiyoushi.com>