


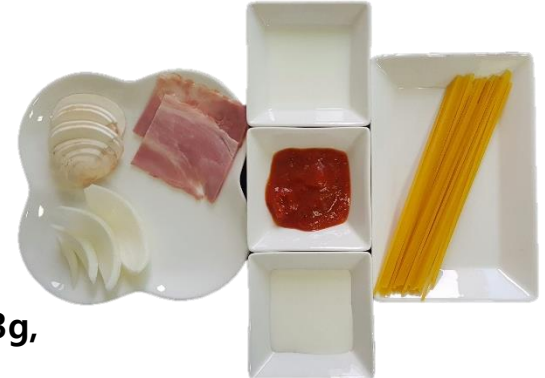
## 로제스파게티

☐ 밥류 ☐ 주찬류 ☐ 부찬류 ☐ 김치류 ☒ 간식

 조리시간 20분 이내


 재료 (유아1인기준)

스파게티면 30g, 토마토소스 20g,  
우유 10g, 생크림 10g, 베이컨 10g,  
양송이버섯 10g, 양파 10g, 식용유 3g,  
후추 약간



 조리 방법

- ① 스파게티면은 끓는 물에 10분간 삶은 후, 소쿠리에 건져 물기를 뺀다.
- ② 베이컨, 양파, 양송이버섯 모두 채썬다.
- ③ 팬에 식용유를 두르고 ②를 볶다가 토마토소스, 우유, 생크림, 면수를 넣어 끓인다.
- ④ ③에 후춧가루를 넣어 소스를 완성하고 스파게티면을 넣어 골고루 섞으면서 볶는다.

 조리 TIP

- 시판용 로제소스로 조리하셔도 가능합니다.
- 파프리카, 브로컬리 등의 컬러 푸드를 넣으면 다양한 색감을 낼 수 있고 영양 섭취를 골고루 할 수 있습니다.

 영양소 정보 (유아1인기준)

에너지 (kcal)		단백질 (g)	
222.39		5.80	
철 (mg)	나트륨 (mg)	칼슘 (mg)	
0.67	109.24	29.58	