



\* 材 料 \* (子ども) 4人分 \*

・卵	1個	・マヨネーズ	40g
・鶏ささみ	40g	・濃口醤油	4g
・キャベツ	80g		
・人参	40g		
・きゅうり	40g		



\* 作 り 方 \*

1. 卵は茹で卵にし、細かく切る。
2. 鶏ささみは茹でて、細かくほぐす。
3. キャベツ、人参、きゅうりはせん切りにして茹でる。冷まして、水気を切る。
4. 1～3を合わせ、マヨネーズ、醤油で調味する。

\* 卵は「炒り卵」にしても大丈夫です。