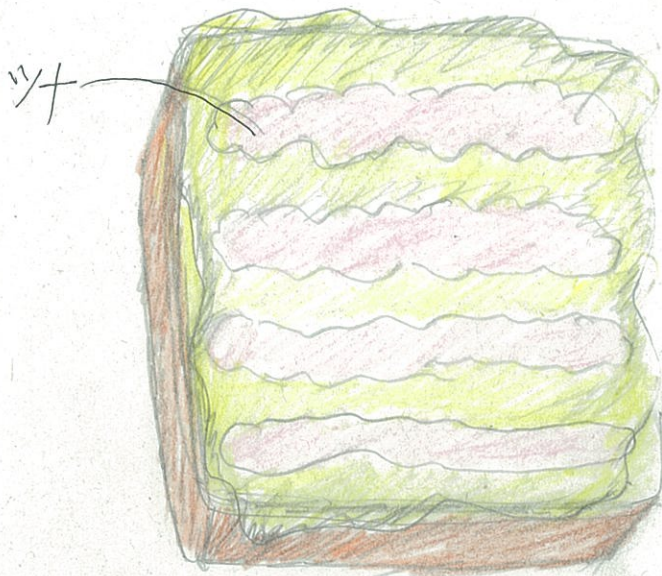


# みんな大好き

## ツナフレンチトースト



材料	
食パン	1枚
シーチキン	1/2缶
卵	1個
A (牛乳)	120cc
砂糖	小さじ1

- ① ボウルに A を入れ、よく混ぜ合わせます。
- ② 食パンを①にたっぷり浸し、シーチキンをのせます。
- ③ フライパンで両面を約10分間焼いたらできあがり

おいしく簡単トーストで

一日がんばろう!!