

## おにぎり



### 〈材料〉

ご飯

コーン

青のり

しらす干し

かつおぶし

菜っ葉

### 〈作り方〉

ご飯にお好みの具材を混ぜ、にぎる。

主食や、間食（おやつ）にいかがですか

