

オムライスの材料(一人分)

♪ パックご飯	はん	180 g	ぐらむ
♪ ミックスベジタブル(冷凍)	れいとう	大さじ3	おお
♪ ケチャップ	おお	大さじ2 + トッピング	ぐらむ
♪ マヨネーズ	たまご	2個	こ
♪ 牛乳	ぎゅうにゅう	15 c.c	しーしー
♪ ベビートマト	15 c.c	1 / 3袋	ふくろ
♪ 溶けるスライスチーズ	3~5個	2枚	まい