

## ミルクスムージー



◆ 材料	にんじん	:	1本
(約2人分)	オレンジ	:	2個
	バナナ	:	1本
	プラチナミルク for バランス	:	大さじ6(スティックの場合4本)
	水	:	150ml

- 
- ◆ 作り方
1. にんじんは乱切りにします。
  2. オレンジ、バナナは、皮をむいて4~8等分します。
  3. 材料全てをミキサー入れて、なめらかになるまで攪拌します。