

材料（大人2人分・子ども2人分）

- |         |             |
|---------|-------------|
| 食パン8枚切り | 3枚          |
| A {     | マーガリン 大さじ2  |
|         | グラニュー糖 大さじ3 |



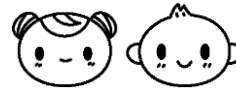
《作り方》

- ① Aを混ぜ合わせ、食パンに塗る。
- ② オーブントースターで焼き色がつくまで焼く。

- ・ラスクの材料Aの中に、白すりごま（小さじ2）を入れるとセサミトーストが作れます。
- ・ラスクの材料Aの中に、きな粉（大さじ1）を入れるときなこラスクが作れます。
- ・グラニュー糖の代わりに、上白糖を使ってもよいです。



八千代市イメージキャラクター「やっち」



## 保育園の給食レシピ アレンジパンレシピ



- ・チーズパフ
- ・じゃこパン
- ・ラスク



### チーズパフ

材料（大人2人分・子ども2人分）

- |         |                       |
|---------|-----------------------|
| 食パン8枚切り | 3枚                    |
| A {     | 玉ねぎ（みじん切り） 1/8個       |
|         | マヨネーズ 大さじ3            |
|         | 粉チーズ 大さじ2             |
|         | パセリ（みじん切り） 少々（なくてもOK） |



《作り方》

- ① Aを混ぜ合わせる。
- ② ①を食パンに塗り、オーブントースターで焼き色がつくまで焼く。



食パン以外にフランスパンなどでも作ることができます。フランスパンなどの歯ごたえのあるパンは、よくかむ習慣を身につけるのに役立ちます。

### じゃこパン

材料（大人2人分・子ども2人分）

- |         |                       |
|---------|-----------------------|
| 食パン8枚切り | 3枚                    |
| A {     | マヨネーズ 大さじ3            |
|         | ちりめんじゃこ 大さじ3          |
|         | 粉チーズ 大さじ1             |
|         | パセリ（みじん切り） 少々（なくてもOK） |



《作り方》

- ① Aを混ぜ合わせる。
- ② ①を食パンに塗り、オーブントースターで焼き色がつくまで焼く。

親子で  
楽しく作れます。

