

保育園の給食レシピ
親子でつくるおやつ

- カナッペ (2種類)
- さつまいものココアかけ
- マカロニのあべかわ



材料 (子ども1人分)

- マカロニ 10本くらい
- A { きなこ 大さじ1
砂糖 小さじ2



《下準備》

- マカロニは表示どおりゆでて、水で洗いザルにあげておく。

《親子でやってみよう》

- ① Aの材料を混ぜる。
- ② ①をマカロニにまぶす。
- ③ 大きめのスプーンや Tongue で皿に盛り付ける。

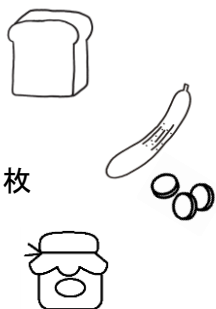


八千代市イメージキャラクター「やっち」

カナッペ (2種類)

材料 (子ども1人分)

- 食パン 8枚切り 1/2枚
- A { マーガリン 適量
スライスチーズ 1/4枚
きゅうり うす切り1枚
- B いちごジャム 小さじ1

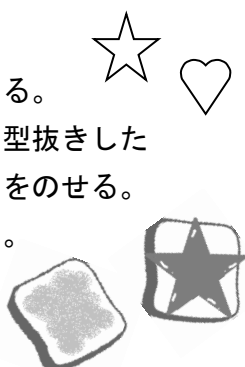


《下準備》

- 食パンは1/4枚サイズに切る。

《親子でやってみよう》

- A { スライスチーズを型抜きする。
パンにマーガリンをぬり、型抜きしたスライスチーズ・きゅうりをのせる。
- B パンにいちごジャムをぬる。



さつまいものココアかけ

材料 (子ども1人分)

- さつまいも 中 1/3本
- A { 牛乳 大さじ1
生クリーム 小さじ1/2
砂糖 小さじ1/2
バター 0.5g
ミルクココア 適量



《下準備》

- さつまいもは皮をむいて2cm角に切りゆでる。
- さつまいもがやわらかくなったらザルにあげる。

《親子でやってみよう》

- ① さつまいも・Aの材料を大きめの器に入れてスプーンなどでつぶしながら混ぜ合わせる。
- ② ①を器に盛り付け、ミルクココアをかけてできあがり。