



新年あけましておめでとうございます。今年も子どもたちの健康を考え
旬の食材を使い、美味しく、楽しく、安全な給食作りを心掛けて一生懸
命作っていきたいと思っています。
また、皆様にとって良い1年になります事を願っています。



米粉パンケーキ



子どもたちも大好き
お家でも作ってね♪



3歳児未満1人分

◆材料◆

| | |
|------------|--------|
| ・卵 | 6.3 g |
| ・砂糖 | 3.8 g |
| ・食塩 | 0.1 g |
| ・牛乳 | 10.0 g |
| ・米粉 | 18.8 g |
| ・ベーキングパウダー | 0.5 g |
| ・油 | 1.5 g |
| ・いちごジャム | 5.0 g |

◆作り方◆

- ①ボウルに卵を入れ、砂糖、塩を入れてすり混ぜ、空気を含むように泡立てます。
- ②①に牛乳を加えて泡を潰さないように泡立て器でしづかに混ぜます。
- ③②に米粉、ベーキングパウダーを加え、泡立て器で混ぜ合わせ、油を加えて混ぜます。
- ④熱したフライパンに油をひき、焼く。
- ⑤いちごジャムを塗って、重ねる。



～クリスマスの米粉パンケーキ～



クリスマスのつどいの日の午後おやつの時間に、パンケーキ作りをしました。
みんなでクッキングをしました。

半分に切ったパンケーキに、いちごジャムを塗ってサンドしました。
チクチク気分に子どもたちは大喜び！自分たちで作ったパンケーキを
「できた～！」「みてみて～！」と嬉しそうにパクパクと食べてくれました。
いつもと違った雰囲気で、作って楽しい、食べて美味しいの食育活動でした。

