



給食レシピ
幼児食 減塩

こいのぼりクッキー

エネルギー 126kcal たんぱく質 1.5g 塩分0.1g

| 材 料 | 1人分 | 4人分 |
|-----------|-----|-----|
| 小麦粉 | 16 | 64 |
| 砂糖 | 5 | 20 |
| サラダ油 | 5 | 20 |
| 豆乳 | 4 | 大1 |
| ベーキングパウダー | 0.8 | 3.2 |

作り方

- ① ボールに小麦粉、ベーキングパウダーを混ぜる。
- ② コップに豆乳の中に砂糖、油を入れ混ぜる。
- ③ ①に②を入れ丸める。
- ④ アイラップに入れ、めん棒で3mm位に伸ばす。
- ⑤ 袋を切って長方形に切って尾の部分を三角に切り、エラの位置に置く。
- ⑥ 天板にクッキングシートを引いて、⑤を置き、160度15分で焼く。

料理の紹介

卵・乳アレルギー対応だけでなく、食塩を使っていないお菓子です。バターを使わなくても美味しく食べることができます。ちょっとしっとりとした食べやすいクッキーです。園児の歓声もわき、手が止まりませんでした。