

献立名 心のラスク保育所(園)名 富士吉田市立第一保育園

食品名	1人分 g (可食量)	10人分 g (購入量)	調理方法
・焼き麩 ・バター ・グラニュー糖	4 g 12.5 g 3 g	40 g 125 g 30 g	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. バターと砂糖を大なべに入れ、火にかけて混ぜ合わせる。</li> <li>2. バターが溶けたら火を止め、麩を入れてバターを吸収させる。</li> <li>3. 種火くらいの弱火にかけ、ヘラで混ぜながら焦げ目がまんべんなくつくまで炒める。</li> </ol> <p>【オーブン使用の場合】 ◎溶かしバター、砂糖を麩にまぶして混ぜ、170℃～180℃のオーブンで4～5分焼き完成。</p>

I値* - Kcal	たんぱく質 g	脂質 g	加鈣mg	鉄mg	塩分 g
120Kcal	1.2 g	10.2 g	3 mg	0.1 mg	0.2 g

#### アピールポイント

子どもたちの大好きなおやつの一つです。調理開始とともにバターの良い香りがするので給食室を覗きにくる児もいます。焼き麩は小さめの物を使用すると小さいお子さんでも持ちやすく、自分でパクパク食べられます。

今回はプレーン味の紹介ですが、きな粉味もおすすめです。おかわりが欲しくなるような一品です。