

# カルシュウム ラスク

## □材料□ 1枚分

天然酵母パン（食パンでも良い）・白ごま・青のり・マーガリン・粉チーズ

## □作り方□

- ①パンにマーガリンを薄く塗る。
- ②白ごま・青のり・粉チーズを上からふる。（粉チーズは少々の方が良い）
- ③オーブンで（180℃で5～7分くらい）焼きます。



2011. 7. 8 (金) おやつ

### ★ひと口メモ★

写真は本園で幼児が実際におやつで食べている量です。  
焼き時間はあくまでも目安ですので、ご家庭のオーブンによって調節して下さい。  
園ではラスクに「卵の使用されていない“天然酵母パン”」を使用しています。  
天然酵母パンを使用すると卵アレルギーの子どもも同じものが食べられます。  
天然酵母パンは、JR島本駅前にあるパン屋「木馬」で購入しています。