保育所のおすすめメニュー（おやつ）

クリスマスサンド

材　料	目安の分量 子ども３人分 （大人２人分）	作り方
サンドイッチ用食パン	３枚 （５４ｇ）	**①パンを切ります。** サンドイッチ用の食パンを４等分に切ります。 **②ホイップクリームを作ります。** 生クリームに砂糖を加えて、泡立て器でホイップ状になるまで泡立てます。 ※市販のホイップクリームを使用してもよいですが、少し固めなので、食パンに塗りにくいかも。 **③いちごを切ります。** いちごは縦４等分に切ります。大きいいちごは細かく切ります。 **④パンにはさみます。** パンにホイップクリームを塗り、いちごを並べて、パンにはさみます。
生クリーム	３０ｇ	
砂糖	小さじ1 （３ｇ）	
いちご	中３個 （４５ｇ）	

（子ども１人分：エネルギー97ｋcal・たんぱく質 2.2ｇ・脂質 5.0ｇ・ｶﾙｼｳﾑ 12ｍｇ・塩分 0.3ｇ）

【12 月クリスマス会メニュー～クリスマスサンド】

子育て支援課です。

12 月のビックイベントであるクリスマス。皆さんご家族や仲間とクリスマスを楽しまれたことでしょう。保育所ではクリスマス会をみんなで楽しみました。

今回は、宮内保育所からクリスマス会メニューより「クリスマスサンド」を紹介します。

クリスマス会メニューは「三色おにぎり」「鶏のチューリップ揚げ」「ミモザサラダ」「ベーコンスープ」「フルーツ盛り合わせ」そしておやつに「クリスマスサンド」です。

とっても美味しいクリスマスパーティーのごちそうを食べた後、みんなが大好きないちごを挟んだサンドイッチをいただきました。

中に挟むフルーツを変えると、断面から見える色も変わって、とっても楽しいフルーツサンドイッチが出来上がります。キウイフルーツ、バナナやみかん缶詰など、いろんなフルーツで楽しんでみましょう！３歳未満の子どもたちは、生クリームがお腹に合わない場合もあるので、いちごジャムやマーマレードなどにするといいですね。年末年始のお客様にも喜ばれる、おもてなしスイーツになりますよ。