



# 12月7日 (木)



## 昼食

## おやつ



発芽玄米御飯  
 鶏肉の香味焼き  
 ごぼうサラダ  
 けんちん汁  
 柿

マーブルクッキー  
 牛乳

けんちん汁は、元来精進料理で肉や魚などを使用せず、植物性の食品のみで作られています。

### ～レシピ紹介～

《材料・子ども5人分》

無塩バター 大さじ2  
 砂糖 大さじ2.5  
 牛乳 大さじ0.5  
 薄力粉 0.5カップ

無塩バター 大さじ2  
 砂糖 大さじ2.5  
 牛乳 大さじ0.5  
 薄力粉 0.5カップ  
 ココア 小さじ2

### 【マーブルクッキー】

《作り方》

- ①やわらかくしたバターに砂糖をすり合わせる。
- ②牛乳と振った粉類を加えひとまとめにする。
- ③ココア生地も同様につくる。
- ④②③を混ぜ合わせて、マーブル上にする。
- ⑤棒状に整え、冷蔵庫で30分以上休ませる。
- ⑥7ミリ程度の厚さに切り、オーブンで焼く。

