

保育施設・幼稚園 おすすめメニュー!! ～ふくっこランチレシピ～

施設名 ほくしん保育園

《料理名： 夏野菜たっぷりピザ》

《材料 3歳以上児1人分》

＜ピザ生地＞

・強力粉	25g
・ドライイースト	0.5g
・砂糖	1.5g
・油	2g
・塩	0.2g
・ぬるま湯	15g

＜具材＞

・ケチャップ	6g
・ピーマン	3
・トマト	10g
・なす	5g
・オクラ	5g
・ベーコン	5g
・コーン	3g
・チーズ	8g



《作り方》

- ・野菜は食べやすい大きさに切っておく。
- ・ピザ生地の材料を混ぜ合わせ、15分程発酵させる。
- ・打ち粉をして丸くのばす。
- ・ケチャップを丸くのばした生地に塗る。
- ・その上にたっぷりの野菜とチーズをのせる。
- ・200℃のオーブンで10～15分程度焼く。

☆おすすめポイント！

地元の夏野菜をたっぷりと使用しています！自分達で育てたお野菜で作ることもでき、お野菜が苦手な子どももパクパク食べてくれます。トッピングを自分達で行えば、より一層美味しく食べられるでしょう♪

保育施設・幼稚園 ふくっこランチ 食育活動🍴

施設名 _____

《食育活動名： _____》

《内容》

(写真)

