



9しょくいくだよい



早寝早起き朝ごはん運動の朝食レシピ第2回は、《メープルバター(マーガリン)サンド》です。今回は4歳児のおやつの様子です。甘いおやつが大好きなあやめ組さん。午睡後すぐでまだまだ眠そうな様子でしたが、しっかり食べてくれていました。



●メープルバターサンド●

材料・サンドイッチ用食パン 2枚

・バターまたはマーガリン 大さじ1

・メープルシロップ 大さじ1

作り方はすごく簡単です。バターとメープルシロップをしっかりと混ぜ合わせて、食パンに塗るだけでできあがり！

食パンだけでなく、バターロールやホットケーキに塗るのもオススメです♪朝ごはんにもおやつにも、すぐできるのでぜひ作ってみてください。

シロップの量は味見しながらお好みで調整してくださいね。



この日はお休みのお友達が多くて少し寂しかったけど、次々におかわりに来てくれて完食！いっぱい食べてもらえてよかったです♡

おかわりの順番待ちの列です☆きちんと一列に並んで待ちます！

