



令和7年5月「抹茶トースト」レシピ紹介

♪夏も近づく八十八夜～♪という歌を知っていますか？

立春から数えて88日目を「八十八夜」と言います。この頃に摘んだお茶は、格別の味だと言われています。給食でもお茶を味わってもらおうと抹茶トーストにしてみました。

「抹茶トースト」



給食ではグリーンティーを使いますが、おうちではスティックの抹茶オレを使用しても簡単に作ることができます。
ぜひおうちでもお試しください。

《材料 子ども4人分》 *おやつ分量です。

6枚切り食パン 2枚
バター 12g
グリーンティー 6g

【栄養価(幼児1人分)】

・エネルギー 99Kcal
・たんぱく質 3.1g
・脂質 3.7g

《作り方》

1. バターは、常温にもどしておく。
2. 食パン全体にバターを塗る。
3. グリーンティを2の食パンにふりかける。
4. 温めたオーブントースターで焼き色がつくまで焼く。