

～クッキー～



写真は『ごまクッキー』

<基本：クッキー>

材 料	分 量 (幼児)		作 り 方
	1人分	12人分	
小麦粉	15g	180g	① 小麦粉・ベーキングパウダー・スキムミルクをあわせてふるう。 ② 室温に戻したバターに砂糖を加えてやわらかくなるまで混ぜ、溶き卵を少しずつ加えてよく混ぜた中に、①を加えてサクリと混ぜ合わせる。 ③ 生地を耳たぶくらいのやわらかさにこねたら、形作る。 生地を <ul style="list-style-type: none"> 方法 1) 手で丸めて平らにする 方法 2) 平たく伸ばして型抜きする 方法 3) 棒状にして冷蔵庫で冷やし、包丁で切る ④ オープンシートをしいた天板の上に並べて、180℃に予熱しておいたオーブンで 15分程度焼く。
ベーキングパウダー	0.3g	小さじ1弱	
スキムミルク	3g	36g	
バター 又は マーガリン	6g	72g	
砂糖	4g	大さじ5	
卵	4g	1個	

<アレンジレシピ> ②の最後にそれぞれ加える

- ・ココアクッキー …ピュアココア 0.3g/人
- ・ごまクッキー …いりごま(白・黒)各 0.5g/人
- ・チーズクッキー …粉チーズ 1g/人

コーンフレーククッキー



コーンフレークの食感が楽しめる！
よくかんで食べるおやつです

<コーンフレーククッキー>

材 料	分 量 (幼児)		作 り 方
	1人分	8人分	
バター 又は マーガリン	9g	72g	① 室温に戻したバターに砂糖を加えてやわらかくなるまで混ぜ、溶き卵を少しずつ加えてよく混ぜた中に、小麦粉をふるいながら加えて、サクリと混ぜる。 ② さらにコーンフレークを加えて生地をひとまとめにし、丸く形作る。 ③ オープンシートをしいた天板の上に並べて、180℃に予熱しておいたオーブンで 15分程度焼く。
卵	6g	1個	
砂糖	4g	32g	
小麦粉	15g	120g	
コーンフレーク	9g	72g	

中華風クッキー



ショートニングが入っていて
さっくりとした食感です

<中華風クッキー>

材 料	分 量 (幼児)		作 り 方
	1人分	8人分	
小麦粉	15g	120g	① 小麦粉とベーキングパウダーをあわせて、ふるう。 ② 室温に戻したショートニングとバターをあわせ、クリーム状になるまで練る。 ③ ②に砂糖を加えて混ぜ、溶き卵を少しずつ加えてよく混ぜた中に、①を加えてサックリと混ぜる。 ④ スプーンで、オーブンシートをしいた天板の上に落としながら並べて、180℃に予熱しておいたオーブンで15分程度焼く。
ベーキングパウダー	0.4g	小さじ3/4	
ショートニング	4g	32g	
バター 又は マーガリン	4g	32g	
卵	6g	1個	
砂糖	4g	大さじ4弱	

卵の花クッキー



おからを使い、しっとりしていて
ヘルシーなおやつ

<卵の花クッキー>

材 料	分 量 (幼児)		作 り 方
	1人分	8人分	
小麦粉	15g	120g	① 小麦粉とベーキングパウダーをあわせて、ふるう。 ② ヨーグルトとおからを混ぜ合わせて、しっとりさせておく。 ③ 室温に戻したバターに砂糖を加えてやわらかくなるまで混ぜ、溶き卵を少しずつ加えてよく混ぜた中に、②を加えて混ぜる。 ④ ③に①を加えてサックリと混ぜる。 ⑤ スプーンで天板に落としながら並べて、180℃に予熱しておいたオーブンで10分程度焼く。 (生地が軟らかいためカップに入れて焼いてもOK)
ベーキングパウダー	0.4g	小さじ3/4	
プレーンヨーグルト	12g	95g	
おから	10g	80g	
バター 又は マーガリン	6g	50g	
卵	6g	1個	
砂糖	4g	大さじ4弱	