



給食だより 3 月 空の鳥保育園 2026 年

今月ははくちょう組のアンコールメニューからレシピをご紹介します！

★さつまいもドーナツ★（5 コ分）

作り方

さつまいも	120 g	①一口大に切ったさつまいもを蒸してやわらかくする
三温糖	30 g	②①をボールに入れつぶし、三温糖、バター、たまごを
バター	10 g	加えて混ぜる
たまご	15 g	③②に合わせてふるった小麦粉とベーキングパウダーを
小麦粉	60 g	加え、練らないようにさっくりと混ぜてひとまとめにする
ベーキングパウダー	3.5 g	④できた生地にラップをかけて 20 分休ませる
揚げ油		⑤生地を 5 等分にして棒状に伸ばして両端をくっつけて
		リング状にして 180℃の揚げ油でこんがり揚げて
		できあがり！



