

栄養科だより

どらやきの日

R8年 4月 No.169

- 丸京製菓株式会社が「みんなで食べて幸せ(4合わせ)になろう」という願いを込めて2008年に制定しました。
- 3月3日は桃の節句、5月5日は端午の節句、この2つの節句に包まれた
- 4月4日は、女の子にも男の子にもみんなに愛され続けている「どら焼き」の包まれたあんこをイメージさせます。
- 銅鑼(どら)の音に似ていることから、船出や祭りで使われる縁起の良いお菓子として知られています。

あんこのちがい

食材を煮詰めて練ったペースト状のものです。

あんこといえば「小豆」かもしれませんが他にも色々あるんです！！

赤あん: 小豆あんの別名として使用されますが、赤いんげん豆などの赤色の豆を使ったあんも含まれます。

白あん: 白いんげん豆や白大豆などを使用したもので白色なのが特徴です。また、甘みがさっぱりしているのも特徴です。

うぐいすあん: 青えんどう豆を原料としたあんので鮮やかな緑色が特徴的です。

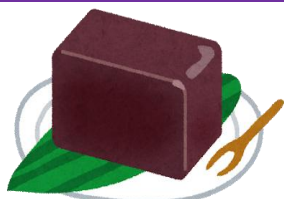
ずんだ: 枝豆を原料として、宮城県や山形県に伝わる伝統的なあんこです。

あんこファンの皆さんには、あんこのようにぬくもりがぎっしりなエピソードが存在しています。

皆さんもどんなあんが好きか、ぬくもりモリモリなお話を共有しませんか？



食品例



1個あたり約150kcal



1個あたり約270kcal



1個あたり約170kcal