

# 10月おやつ献立 Dコース



月	火	水	木	金
2日 新米の塩にぎり(のり)	3日 シュガートースト	4日 冷凍パイ	5日 お月見団子(みたらし)	6日 パスタスナック
9日 休み	10日 焼きりんご・※キャンディチーズ	11日 秋色マフィン	12日 ツナマヨおにぎり	13日 ちくわのごま揚げ
16日 里芋の唐揚げ	17日 ゆかりおにぎり	18日 スイートポテト	19日 うどんかりんとう	20日 へらへら団子
23日 レモンヨーグルトスコーン	24日 パンプディング	25日 カルピスゼリー	26日 菊の花入りいなり	27日 たぬきおにぎり
30日 五平餅	31日 ハロウィンケーキ			

『暑さ寒さも彼岸まで』と昔から言われるように、やっと長い夏が終わり吹く風が

さわやかになりました。運動・勉強・読書・芸術など何をするにも良い時期です。子ども

たちが全力で取り組めるよう、体づくりを応援していきます！

実りの秋の10月は、季節の食材として、柿、りんご、里芋を出します。また、見ごろ

を迎える『菊の花』を使ったおいなりさんも作ります。秋の味覚を目や香り、口いっぱい

感じ、食欲の秋を堪能してください。10月27日は「十三夜」、お月見の日です。先月の

十五夜に引き続き、きれいな月がみれることを願いながら、“がん月”という蒸しケーキや、

十三夜の別名『栗名月』にちなみ、栗の甘露煮の入ったおにぎりを作ります。月末には

子どもたちお楽しみのハロウィンもありますね。かぼちゃを使用したおやつを作ります。

楽しみながら食べてくれたらうれしいです♪

# 10月おやつ食材一覧表 Dコース

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
2日	3日	4日	5日	6日
新米の塩にぎり(のり)	シュガートースト	冷凍パン	お月見団子(みたらし)	パスタスナック
米、塩、のり	食パン、油、砂糖、塩	パン缶	白玉粉、米粉、砂糖、醤油、みりん、片栗粉	パスタ、油、塩、カレー粉、こしょう
9日	10日	11日	12日	13日
休み	焼きりんご・※キャンディチーズ	秋色マフィン	ツナマヨおにぎり	ちくわのごま揚げ
	りんご、砂糖、バター、※キャンディチーズ	小麦粉、人参、トマトジュース、油、卵B、牛乳、砂糖、ベーキングパウダー	米、ツナ(缶)、マヨネーズ、ごま、塩、(雑穀)	ちくわ(卵C)、小麦粉、米粉、ごま、塩、油
16日	17日	18日	19日	20日
里芋の唐揚げ	ゆかりおにぎり	スイートポテト	うどんかりんとう	へらへら団子
里芋、片栗粉、米粉、油、塩、(醤油)	米、ゆかり粉、ごま、塩、(雑穀)	さつまいも、牛乳、バター、卵B、砂糖、塩	うどん、砂糖、きなこ、塩	白玉粉、小麦粉、小豆、砂糖、塩
23日	24日	25日	26日	27日
レモンヨーグルトスコーン	パンフディング	カルピスゼリー	菊の花入りいなり	たぬきおにぎり
小麦粉、ヨーグルト、砂糖、油、レモン、塩、ベーキングパウダー ※卵無し	食パン、卵A、砂糖、牛乳、シナモン	カルピス、アガー、砂糖、(さくらんぼ)	米、油揚げ、菊の花、ごま、酢、砂糖、塩、醤油、みりん	米、天かす、ごま、青のり、醤油、みりん、塩
30日	31日			
五平餅	ハロウィンケーキ			
米、味噌、醤油、砂糖、みりん、酒、ごま油、ごま、(雑穀)	小麦粉、かぼちゃ、チョコ、油、卵B、牛乳、砂糖、ベーキングパウダー			※は市販品です

## 【表記について】

- \* おやつにそば、牛肉、カニ、あわび、いくら、キウイ、くるみ、落花生、カシューナッツ、松茸、ゼラチン、マーガリンは使用いたしません。
- \* 醤油の原材料には小麦を含みます。ソースの原材料にはりんごを含みます。
- \* おせんべいの原材料には醤油(小麦)を含みます。\* ちんすこうの原材料には小麦、卵、ラードを含みます。
- \* 食パン、コッペパンの原材料には小麦、乳製品、卵を含みます。
- \* 卵Aは20g以上使用(例: 太巻き卵焼き)、卵Bは20g未満(例: ケーキ、ドーナツ)として使用、全て完全加熱して提供いたします。
- \* 粉チーズの原材料には卵白を使用しています。
- \* 揚げ油は複数回使用します。使用食材一覧表では記載しきれない微量のアレルギー食材が混入する可能性がある場合がございます。ごく微量でもアレルギー反応が誘発される方のご利用はお控えください。