

## 11月おやつ献立 Dコース

月	火	水	木	金
		1日 手作りジャムパン	2日 がん月	3日 お休み
6日 青のりポテトフライ	7日 チーズもち	8日 みかんマフィン	9日 大学芋	10日 栗おこわにぎり
13日 豆腐みたらし団子	14日 ヨーグルトポムポム	15日 亥の子もち	16日 秋色ぷりん	17日 黒糖ラスク
20日 ラフランスのコンポート・キャンディチーズ	21日 さつまいものレモン煮	22日 きのこの炊込みにぎり	23日 お休み	24日 もちもちボンデケーキ ジョ
27日 じゃこと青のりのおにぎり	28日 はちみつマーラーカオ	29日 チーズドックボール	30日 カップdeパスタ	

空気が澄んで、秋晴れの青空はとても清々しい気持ちにしてくれますが、寒さを感じる

ことも多くなってきました。空気も乾燥し出し、体調を崩しやすい時期です。3食しっかり食べ、

夜はしっかり休むよう心がけましょう。

この時期は各地で収穫祭が行われ、一年の収穫を祝い、自然の恵みに感謝をする時期です。

今月も旬のくだものや秋の食材をたくさん使うので、実りの秋を堪能してほしいと思います。

また、11月は勤労感謝の日もあります。私たちが料理を食べられるようになるまでに、多くの人

が携わり、たくさんの愛情が込められていることを、料理やおやつを通して、子どもたちに

伝えていきたいと思っています。

さらに、11月は旧暦の亥の月であることから、亥の子餅を出します。亥の子餅を

食べると万病から逃れられると言われています。ぜひ食べてみてくださいね！

# 11月おやつ食材一覧表 Dコース

月曜日	火曜日	水曜日 1日	木曜日 2日	金曜日 3日
		手作りジャムパン	がん月	
		食パン、りんご、ぶどう、柑橘類、砂糖、レモン汁	小麦粉、油、卵B、牛乳、砂糖、黒砂糖、酢、重曹、はちみつ	お休み
6日	7日	8日	9日	10日
青のりポテトフライ	チーズもち	みかんマフィン	大学芋	栗おこわにぎり
じゃがいも、油、青のり、塩	じゃが芋、チーズ、(さつまいも、かぼちゃ)、片栗粉、砂糖、塩、油	小麦粉、砂糖、牛乳、卵B、油、みかん(缶)、ベーキングパウダー	さつまいも、砂糖、醤油、黒ごま	米、もち米、栗、醤油、みりん、酒、塩、黒ごま
13日	14日	15日	16日	17日
豆腐みたらし団子	ヨーグルトポムポム	亥の子もち	秋色ぷりん	黒糖ラスク
白玉粉、米粉、豆腐、醤油、砂糖、みりん、片栗粉	小麦粉、りんご、砂糖、ヨーグルト、牛乳、卵B、油、ベーキングパウダー、塩	米、雑穀、もち米、小豆、砂糖、塩	かぼちゃ、(さつまいも)、牛乳、ホイップクリーム、砂糖、アガー ※卵使用無し	食パン、黒糖、バター、油
20日	21日	22日	23日	24日
ラフランスのコンポート・キャンディチーズ	さつまいものレモン煮	きのこの炊込みにぎり		もちもちボンデケーキ
ラフランス、砂糖、レモン汁・キャンディチーズ※	さつまいも、だし、はちみつ、砂糖、レモン汁、塩	米、(雑穀)、椎茸、えのき、舞茸、醤油、みりん、酒、塩	お休み	団子粉、粉チーズ(卵C)、牛乳、卵(B)、油、塩
27日	28日	29日	30日	0
じゃこと青のりのおにぎり	はちみつマーラーカオ	チーズドックボール	カップdeパスタ	
米、(雑穀)、じゃこ、青のり、ごま、塩	小麦粉、牛乳、卵B、油、砂糖、醤油、はちみつ、ベーキングパウダー	キャンディチーズ、小麦粉、油、卵B、砂糖、塩、ベーキングパウダー	パスタ(小麦)、豚挽肉、鶏挽肉、トマト(缶)、ケチャップ、玉ねぎ、人参、塩、オリーブ油	※市販品

## 【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。

