

11月おやつ献立 Bコース

月	火	水	木	金
		1日 のり巻き	2日 みかんマフィン	3日 お休み
6日 ヨーグルトポムポム	7日 豆腐みたらし団子	8日 	9日 亥の子もち	10日 ラフランス・キャンディチーズ※
13日 黒糖ラスク	14日 	15日 さつまいものレモン煮	16日 もちもちポンデケーキョ	17日 カップdeパスタ
20日 	21日 ヨーグルトぶどうソース	22日 じゃこと青のりのおにぎり	23日 お休み	24日 ちくわの磯辺揚げ
27日 絶品焼きおにぎり	28日 ココア揚げパン	29日 チーズドックボール	30日 りんご・ちくわぶチップス	

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、多くの人々が携わり、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 Bコース

月曜日	火曜日	水曜日 1日	木曜日 2日	金曜日 3日
		のり巻き	みかんマフィン	
		米、(雑穀)、のり、卵A、干 びょう、きゅうり、酢、砂 糖、塩	小麦粉、砂糖、牛乳、卵B、油、 みかん(缶)、ベーキングパウダー	お休み
6日	7日	8日	9日	10日
ヨーグルトポムポム	豆腐みたらし団子		亥の子もち	ラフランス・キャンディチーズ※
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	白玉粉、米粉、豆腐、醤油、 砂糖、みりん、片栗粉		米、雑穀、もち米、 小豆、砂糖、塩	ラフランス・ キャンディチーズ※
13日	14日	15日	16日	17日
黒糖ラスク		さつま芋のレモン煮	もちもちボンデケーショ	カップde Pasta
食パン、黒糖、バター、油		さつま芋、だし、はちみつ、砂 糖、レモン汁、塩	団子粉、粉チーズ(卵C)、牛乳、 卵(B)、油、塩	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
20日	21日	22日	23日	24日
	ヨーグルトぶどうソース	じゃこと青のりのおにぎり	お休み	ちくわの磯辺揚げ
	ヨーグルト、ぶどう、砂糖、 (ブルーベリー)	米、(雑穀)、じゃこ、青のり、 ごま、塩		ちくわ(卵C)、小麦粉、米粉、 青のり、塩、油
27日	28日	29日	30日	
絶品焼きおにぎり	ココア揚げパン	チーズドックボール	りんご・ちくわぶチップス	
米、(雑穀)、醤油、みりん、 ごま油、かつお節	コッペパン、油、 砂糖、ココア、塩	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	りんご、ちくわぶ(小麦)、油、 片栗粉、あおさ、塩	※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: 太巻きのお焼き)、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。