



3月おやつ献立 Dコース

月	火	水	木	金
				1日 おさつスティック (カレー風味)
4日 いちごミルク白玉	5日 ピザトースト	6日 みかん蒸しパン	7日 五平餅	8日 2色あられ・ おせんべい※
11日 大学芋	12日 ちらし寿司風おにぎり	13日 パスタスナック (のり塩)	14日 いちごケーキ	15日 コロケ風ポテトサンド
18日 磯辺もち風団子	19日 わかめおにぎり	20日 お休み	21日 もちもちドーナツ	22日 スパイシー オープンポテト
26日 ツナときのこの 焼きおにぎり	27日 ガーリックトースト	27日 冷凍パン	28日 フルーツケーキ	29日 うぐいすきなこの ぼたもち

満開の梅の花が散り、沈丁花のつぼみ、穏やかな屋の日差しに、訪れる春を感じる日々です。

しかし油断した時にくる寒い日は、体調を崩す原因となります。

年度末まで元気よく生活できるよう、バランスの良い食事と睡眠、念入りな手洗いうがいを

心がけましょう。

3月は桃の節句に合わせ、桃色ババロアやちらし寿司おにぎりを作り、節句のお祝いをします。

また、春のお彼岸に合わせ、うぐいすきなこのぼたもちを出します。うぐいすきなこは青大豆から

作られたきなこです。淡く優しい緑色は春の訪れを感じさせてくれます。

3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
				1日
				おさつスティック(カレー風味)
				さつまいも、油、カレー粉、塩、こしょう
4日	5日	6日	7日	8日
いちごミルク白玉	ピザトースト	みかん蒸しパン	五平餅	2色あられ、おせんべい※
白玉粉、米粉、砂糖、牛乳、練乳、いちご(ジャム)	食パン、チーズ、玉ねぎ、ピーマン、コーン、トマト(缶)、ケチャップ、塩	小麦粉、みかん、卵B、砂糖、蜂蜜、ベーキングパウダー、サラダ油(柚子)	米、味噌、酒、醤油、みりん、塩、砂糖、すりごま、ごま油、(雑穀)	クルトン、抹茶、きな粉、粉砂糖、砂糖、おせんべい※
11日	12日	13日	14日	15日
大学芋	ちらし寿司風おにぎり	パスタスナック(のり塩)	いちごケーキ	コロケ風ポテトサンド
さつまいも、砂糖、水あめ、醤油、みりん、ごま	米、卵A、かんぴょう、人参、干椎茸、絹さや、刻みのり、酢、砂糖、塩、薄口醤油、(雑穀)	パスタ、油、青のり、塩	小麦粉、卵、牛乳、いちご(ジャム)、油、砂糖、ベーキングパウダー(ココア、チョコ)	食パン、鶏挽肉、豚挽肉、玉ねぎ、パン粉、ナツメグ、塩、こしょう、カレー粉、ソース
18日	19日	20日	21日	22日
磯辺もち風団子	わかめおにぎり	お休み	もちもちドーナツ	スパイシーオープンポテト
白玉粉、米粉、醤油、砂糖、みりん、片栗粉、刻みのり	米、わかめ、ごま、(雑穀)		団子粉、牛乳、卵、油、塩、砂糖、(上新粉、白玉粉)	じゃが芋、チリパウダー、パプリカパウダー、ガーリックパウダー、パセリ粉
25日	26日	27日	28日	29日
ツナときのこの焼きおにぎり	ガーリックトースト	冷凍パイ	フルーツケーキ	うぐいすきなこのぼたもち
米、ツナ(缶)、しめじ、えのき、醤油、みりん、ごま油、塩、(雑穀)	食パン、バター、塩、ガーリックパウダー、パセリ粉	パイナップル(缶詰)	いちご、柿、みかん、小麦粉、卵、牛乳、油、砂糖、ベーキングパウダー	米、もち米、うぐいすきなこ、砂糖、塩

【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、大豆、小麦、トマト、レモン、ブルーンを含みます。
- * おせんべいの原材料には醤油(大豆・小麦)を含みます。
- * 食パン、コッペパン、クッキングロール、スリットロールの原材料には小麦、乳製品、卵を含みます。
- * 卵Aは20g以上使用(例:太巻きのお餅焼き)、卵Bは20g未満(例:ケーキ、ドーナツ)として使用、卵Cは食材の原材料として使用、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反応が誘発される方のご利用はお控えください。
- * 雑穀には麦・大豆・ごま等も含みます。
- * 麩の原材料には小麦を含みます。