



8月おやつ献立 Aコース / Bコース




月	火	水	木	金
※は市販品です			1日 屋台風焼きとうもろこし	2日 フレンチトースト
5日 お休み	6日 メロン	7日 中華ポテト	8日 カップdeうどん	9日 
12日 お休み	13日 カルピス餅・おせんべい	14日 はちみつレモンゼリー	15日 絶品焼きおにぎり	16日 黒糖きなこドーナツ
19日 揚げじゃがの ガーリック風味	20日 じゃこチーズおにぎり	21日 プレーン揚げパン	22日 	23日 とうもろこしの クイックブレッド
26日 	27日 夏のきな粉団子	28日 すいか	29日 ちくわのカレー揚げ	30日 ももとみかんの ヨーグルト

～暑中見舞い申し上げます～

暑い地域で育つ食材や食べられている料理には、日々を健康的に過ごす栄養や調理の工夫が多くつまっています。

8月のおやつでは旬の果物のすいかやプルーンをはじめ、屋台風焼きとうもろこし、枝豆をつぶして練りこんだ夏のきな粉団子など、季節の食材をおいしく食べられるよう調理をひと工夫します。暑い時期に育つ夏野菜やくだものなどには、夏バテを防ぐミネラルを多く含んでいます。汗を多くかき、ミネラル不足をおこしやすいこの時期は、くだものや野菜からミネラルを補給することが夏バテ防止になるので、ミネラルの多い黒糖を使ったドーナツや旬の食材を使ったおやつを多く取り入れています。お楽しみに！

8月おやつ食材一覧表 Aコース / Bコース

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
			1日	2日
			屋台風焼きとうもろこし	フレンチトースト
※は市販品です			とうもろこし、醤油、サラダ油	食パン、卵B、牛乳、 バニラエッセンス、砂糖、バター
5日	6日	7日	8日	9日
お休み	メロン	中華ポテト	カップdeうどん	
	メロン	さつまいも、油、砂糖、水飴、 ごま油	うどん、のり、めんつゆ※	
12日	13日	14日	15日	16日
お休み	カルピス餅・おせんべい	はちみつレモンゼリー	絶品焼きおにぎり	黒糖きなこドーナツ
	カルピス、牛乳、片栗粉、砂糖 おせんべい※	はちみつ、レモン汁、砂糖、 アガー、寒天	米、醤油、ごま油、 みりん、塩、かつお節、(雑穀)	小麦粉、黒糖、ベーキングパウダー、豆 乳、豆腐、サラダ油、 きなこ、砂糖、塩
19日	20日	21日	22日	23日
揚げじゃがのガーリック風味	じゃこチーズおにぎり	プレーン揚げパン		とうもろこしのクイックブレッド
じゃが芋、米粉、片栗粉、 ガーリックパウダー、塩、 コショウ、サラダ油	米、じゃこ、チーズ、 塩、ごま、醤油、(雑穀)	コッペパン、砂糖、塩、サラダ油		小麦粉、砂糖、サラダ油、 牛乳、とうもろこし、 ヨーグルト、チーズ、 ベーキングパウダー
26日	27日	28日	29日	30日
	夏のきな粉団子	すいか	ちくわのカレー揚げ	ももとみかんのヨーグルト
	白玉粉、米粉、豆腐、枝豆、 きなこ、砂糖、塩	すいか、塩	ちくわ、米粉、小麦粉、 カレー粉、塩、サラダ油	ヨーグルト、砂糖、 桃(缶)、みかん(缶)

【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、ブルーベリーを含みます。
- * 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、ラード、ショートニングを含みます。
- * 卵Aは20g以上使用(例:太巻きの卵焼き)、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ーマテリアル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。
- * 雑穀には麦・大豆・ごま等も含まれます。
- * 麩の原材料には小麦を含みます。