



8月おやつ献立 Cコース



月	火	水	木	金
※は市販品です			1日 さつま芋のおまんじゅう	2日 フライdeうどん
5日 お休み	6日 すいかシャーベット	7日 こぎつねおにぎり	8日 ブルーベリーマフィン	9日 おせんべい※ キャンディチーズ※
12日 お休み	13日 オムライスおにぎり	14日 屋台風焼きとうもろこし	15日 バナナスコーン	16日 クラッカー※ レーズン※
19日 青のりとそぼろの 山の日おにぎり	20日 中華ポテト	21日 メロンヨーグルト スムージー	22日 枝豆とチーズの ブレッド	23日 羊かん※ 塩せんべい※
26日 みたらしちくわ	27日 オレンジトースト	28日 絶品焼きおにぎり	29日 しっとりチーズ 蒸しパン	30日 セサミちんすこう

～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 Cコース

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
			1日	2日
			さつまいものおまんじゅう	フライdeうどん
※は市販品です			小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、牛乳、サラダ油、さつまいも、塩	うどん、薄力粉、塩、あおのり、サラダ油
5日	6日	7日	8日	9日
お休み	すいかシャーベット	こぎつねおにぎり	ブルーベリーマフィン	おせんべい・キャンディチーズ
	すいか	米、油揚げ、醤油、みりん、酢、砂糖、塩、ごま	小麦粉、ベーキングパウダー、卵B、砂糖、サラダ油、牛乳、ブルーベリー	おせんべい※ キャンディチーズ※
12日	13日	14日	15日	16日
お休み	オムライスおにぎり	屋台風焼きとうもろこし	バナナスコーン	クラッカー・レーズン
	米、卵A、鶏肉、玉ねぎ、人参、ケチャップ、サラダ油、塩、コショウ、パプリカ粉	とうもろこし、醤油、サラダ油	小麦粉、ベーキングパウダー、卵B、砂糖、サラダ油、バター、牛乳、バナナ	クラッカー※ レーズン※
19日	20日	21日	22日	23日
青のりとそぼろの山の日おにぎり	中華ポテト	メロンヨーグルトスムージー	枝豆とチーズのブレッド	羊かん・塩せんべい
米、鶏挽肉、醤油、みりん、生姜、サラダ油、青のり、塩、(雑穀)	さつまいも、油、砂糖、水飴、ごま油	メロン、砂糖、ヨーグルト	小麦粉、ベーキングパウダー、卵B、砂糖、サラダ油、牛乳、塩、枝豆、チーズ	羊かん※ 塩せんべい※
26日	27日	28日	29日	30日
みたらしちくわ	オレンジトースト	絶品焼きおにぎり	しっとりチーズ蒸しパン	セサミちんすこう
ちくわ、醤油、みりん、砂糖、片栗粉	食パン、オレンジジュース、卵B、砂糖	米、醤油、ごま油、みりん、塩、かつお節、(雑穀)	小麦粉、ベーキングパウダー、卵B、砂糖、牛乳、チーズ、生クリーム、サラダ油	小麦粉、黒すりごま、砂糖、油

【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・ごま等も含みます。
- * 麩の原材料には小麦を含みます。