



9月おやつ献立 Cコース



月	火	水	木	金
2日 とうもろこしの クイックブレッド	3日 ゆかりひじきの おにぎり	4日 お麩スナック ※キャンディチーズ	5日 マドレーヌ	6日 ※おせんべい ※レーズン
9日 夏のきな粉団子	10日 ちくわのカレー揚げ	11日 パインシャーベット	12日 シュガートースト	13日 ※ちんすこう ※キャンディチーズ
16日 お休み	17日 たまご風船ドーナツ	18日 きな粉おはぎ	19日 ココア蒸しパン	20日 大豆スナック ※羊かん
23日 お休み	24日 ピザトースト	25日 ピラフおにぎり	26日 りんごケーキ	27日 ※塩せんべい ※レーズン
30日 梅ツナおにぎり				

夕暮れが早くなり、秋の訪れを感じます。パリオリンピックで盛り上がった暑い夏が終ろう
 としています。学校や幼稚園が始まると身体は想像以上に疲れてしまいます。冷たい飲み物や
 食べ物で疲れた胃は食欲を減退させてさらに疲れの回復を遅らせてしまいます。バランスの
 良い食事とたっぷりの睡眠で体調を整えましょう。旬の食材は、ビタミンやミネラルが
 多く含まれています。季節の物を食べ、身体にも環境にも優しいおやつを出していきたいと
 思います。

9月20～26日はお彼岸です。お彼岸は墓参りをし「おはぎ」をつくり、ご先祖さまへの
 感謝と健康を願う日です。人気のきなこおはぎを作りたいと思います。まだまだ暑い日も続くので、
 パインシャーベットなど冷たいおやつも登場します。ぜひ楽しみにしてくださいね！

9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
2日	3日	4日	5日	6日
とうもろこしのクイックブレッド	ゆかりひじきのおにぎり	お麩ラスク・キャンディチーズ	マドレーヌ	おせんべい・レーズン
小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、牛乳、油、とうもろこし、ヨーグルト、チーズ	米、ひじき、梅干し、ごま、ゆかり、醤油、みりん、油、(雑穀)	麩、油、青のり、塩、コショウ ※キャンディチーズ	小麦粉、ベーキングパウダー、卵B、砂糖、バター、油、牛乳	※おせんべい ※レーズン
9日	10日	11日	12日	13日
夏のきな粉団子	ちくわのカレー揚げ	パインシャーベット	シュガートースト	ちんすこう・キャンディチーズ
白玉粉、米粉、豆腐、枝豆、きなこ、砂糖、塩	ちくわ、米粉、小麦粉、カレー粉、塩、油	パイン缶	食パン、砂糖、バター、油	※ちんすこう ※キャンディチーズ
16日	17日	18日	19日	20日
お休み	たまご風船ドーナツ	きな粉おはぎ	ココア蒸しパン	大豆スナック・羊かん
	小麦粉、ベーキングパウダー、卵B、砂糖、バター、牛乳、油、粉砂糖	米、もち米、きなこ、砂糖、塩、(うぐいすきなこ)	小麦粉、ベーキングパウダー、ココア、砂糖、油、牛乳	大豆、油、米粉、片栗粉、塩、青のり ※羊かん
23日	24日	25日	26日	27日
お休み	ピザトースト	ピラフおにぎり	りんごケーキ	塩せんべい・レーズン
	食パン、油、にんにく、玉ねぎ、トマト(缶)、ピーマン、コーン、ケチャップ、砂糖、塩、チーズ	米、豚鶏合挽肉、玉ねぎ、パプリカ、ピーマン、カレー粉、醤油、塩、油、バター、(雑穀)	小麦粉、ベーキングパウダー、卵B、砂糖、油、牛乳、りんご	※塩せんべい ※レーズン
30日				
梅ツナおにぎり				
米、ツナ、玉ねぎ、梅干し、油、味噌、塩、(雑穀)				

【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(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、スリットロール、クッキング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、大豆を含みます。
- * 卵Aは20g以上使用(例:太巻き等の卵焼き)、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。
- * 雑穀には麦・大豆・ごま等を含みます。
- * 麩の原材料には小麦を含みます。

