



12月おやつ献立 Cコース



月	火	水	木	金
2日 チキンスナック	3日 きなこクリームサンド	4日 こぎつねおにぎり	5日 かぼちゃ蒸しパン	6日 チーズの バケットラスク
9日 じゃこわかめおにぎり	10日 へらへら団子	11日 ほくほくふかし芋	12日 ヨーグルトケーキ	13日 ※ちんすこう ※キャンディチーズ
16日 ビスキュイトースト	17日 茶飯おにぎり	18日 カリカリチーズポテト	19日 紅茶スコーン	20日 おふラスク ※レーズン
23日 ちくわのごま揚げ	24日 チョコレートケーキ	25日  クリスマス スペシャルおやつ	26日 シュガートースト	27日 ※塩せんべい ※羊かん
1月6日 冷凍みかん	1月7日 ココアラスク ※キャンディチーズ	1月8日 ※せんべい ※レーズン		※は市販品です

短い秋も終わり、あっという間に冬がやってきましたね。12月は寒さも本格的になり、体調を崩しやすい時期です。年末には、クリスマスや年越しなどたくさんのイベントが待っています。それまで、栄養バランスのとれた温かい食事や休息をとり、体の抵抗力を付けてしっかりと風邪予防をしましょう！「いただきます」の前
の手洗い・うがいもとても大切です。

今月もビタミンたっぷりの冬の果物や、冬らしいネーミングのおはぎ(北窓)などを出します。さらに、みなさんお待ちかねのクリスマスには、チョコレートケーキを用意しました★仲良く食べて楽しいクリスマスを過ごしていただけたらうれしいです！

12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 チキンスナック	3日 きなこクリームサンド	4日 こぎつねおにぎり	5日 かぼちゃ蒸しパン	6日 チーズのバケッラスク
鶏むね肉、にんにく、生姜 塩麴、醤油、米粉、片栗粉、油	食パン、きなこ、砂糖、 豆乳、小麦粉	米、油揚げ、かつおだし 醤油、砂糖、酒、みりん、塩、酢	小麦粉、砂糖、かぼちゃ、 ベーキングパウダー、油	フランスパン、バター、 粉チーズ、にんにく
9日 じゃこわかめおにぎり	10日 へらへら団子	11日 ほくほくふかし芋	12日 ヨーグルトケーキ	13日 ちんすこう・キャンディチーズ
米（雑穀）、じゃこ、わかめ、 酒、塩、ごま	白玉粉、小麦粉、米粉 小豆、砂糖、塩	さつまいも、塩	小麦粉、卵、ヨーグルト、 砂糖、油、 ベーキングパウダー	※ちんすこう ※キャンディチーズ
16日 ビスキュイトースト	17日 茶飯おにぎり	18日 カリカリチーズポテト	19日 紅茶スコーン	20日 おふラスク・レーズン
食パン、バター、砂糖、 卵、小麦粉	米、醤油、酒、塩、 みりん、青のり	じゃがいも、油、米粉、片栗粉、 塩、粉チーズ	小麦粉、砂糖、牛乳、紅茶、 油、ベーキングパウダー	麩、バター、油、砂糖 ※レーズン
23日 ちくわのごま揚げ	24日 チョコレートケーキ	25日 クリスマス スペシャルおやつ	26日 シュガートースト	27日 塩せんべい・羊かん
ちくわ（卵C）、米粉、薄力粉、 油、ごま、塩	小麦粉、ココア、卵、砂糖、 油、牛乳、チョコチップ、 ベーキングパウダー		食パン、バター、油、砂糖	※塩せんべい ※羊かん
1月6日 冷凍みかん	1月7日 ココアラスク・キャンディチーズ	1月8日 せんべい・レーズン		
みかん	麩、バター、油、 ココア、砂糖 ※キャンディチーズ	※せんべい ※レーズン		※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、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、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、フランスパンの原材料には小麦、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・ごま等を含みます。
- * 麩の原材料には小麦を含みます。

