



3月おやつ献立 Aコース



fOn

月	火	水	木	金
3日 お花ラスク・不知火	4日 桃の米粉ケーキ	5日 カップdeちらし寿司	6日 ツナマヨドック	7日 さつまいもシュガー焼き
10日 菜の花おにぎり	11日 	12日 お豆腐チュロス	13日 いちご・※おせんべい	14日 もちもちショコラ
17日 	18日 ナポリタンマカロニ	19日 春色ババロア	20日 お休み	21日 たまご蒸しパン
24日 貝だくさんビーフン	25日 おいものようかん・ ※キャンディチーズ	26日 フレンチトースト	27日 彩りしらたま (抹茶・いちご・白)	28日 
31日 りんごケーキ				※は市販品

満開の梅の花が散り始め、沈丁花のつぼみが見られるようになり、穏やかな昼の日差しに春の訪れを感じる日々です。しかし、油断した時にやってくる寒い日や朝晩の気温差は、体調を崩す原因となります。年度末まで元気に生活できるよう、バランスの良い食事と睡眠、念入りな手洗いうがいをおこなってください。

3月は桃の節句に合わせて、桃のケーキや花麩のラスク、ちらし寿司を作って節句のお祝いを行います。春のお彼岸のぼたもちには、淡く優しい緑色のうぐいすきな粉を合わせました。また、春色のいちごババロアや3色の白玉団子、菜の花おにぎりなど春らしい色合いを意識しました。子供たちにも、目で見て、食べて、春を感じて欲しいと思います。1年の振り返りをしながら楽しいおやつ時間を過ごし、進級にそなえましょう♪

3月おやつ食材一覧表 Aコース



月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
3日	4日	5日	6日	7日
お花ラスク・不知火	桃の米粉ケーキ	カップdeちらし寿司	ツナマヨドック	さつまいもシュガー焼き
花麩、砂糖、サラダ油、バター ／不知火	米粉、ベーキングパウダー、 砂糖、はちみつ、桃(缶)、 豆乳、サラダ油	米(雑穀)、かんぴょう、干し椎茸、 人参、コーン、絹さや、海苔、 砂糖、みりん、酒、塩、酢、醤油	スリットロール、ツナ、 じゃがいも、マヨネーズ、 塩、こしょう、パセリ	さつまいも、サラダ油、砂糖、塩
10日	11日	12日	13日	14日
菜の花おにぎり		お豆腐チュロス	いちご・おせんべい	もちもちショコラ
米(雑穀)、卵A、菜の花、 味噌、みりん、酒、砂糖、		米粉、小麦粉、豆腐、 ベーキングパウダー、サラダ油、 砂糖、シナモン	いちご／※おせんべい	牛乳、片栗粉、ココア、砂糖
17日	18日	19日	20日	21日
	ナポリタンマカロニ	春色ババロア	お休み	たまご蒸しパン
	マカロニ、鶏挽肉、豚挽肉、 玉ねぎ、人参、にんにく、 トマト缶、ケチャップ、 ソース、サラダ油、塩	いちご、ホイップクリーム、 牛乳、砂糖、アガー、寒天		小麦粉、ベーキングパウダー、 卵B、砂糖、塩、サラダ油
24日	25日	26日	27日	28日
貝だくさんビーフン	おいものようかん・キャンディチーズ	フレンチトースト	彩りしらたま(抹茶・いちご・白)	
ビーフン、桜えび、キャベツ、 玉ねぎ、人参、ごま油、醤油、塩	さつまいも、小麦粉、片栗粉、 砂糖、塩 ／※キャンディチーズ	食パン、卵A、牛乳、砂糖、 バニラエッセンス	白玉粉、米粉、砂糖、抹茶、 いちご(ジャム)、スキムミルク	
29日				
りんごケーキ				
小麦粉、ベーキングパウダー、 りんご、砂糖、卵B、 牛乳、サラダ油				※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。

