



5月おやつ献立 Cコース



fOn

月	火	水	木	金
※は市販品です			1日 おちゃめケーキ	2日 もちもちちまき
5日 お休み	6日 お休み	7日 きなこクリームサンド	8日 藤の花ごま塩おむすび	9日 ウエハース※ プルーン※
12日 スティックおさつ	13日 カルピススコーン	14日 カレーミートマカロニ	15日 塩せんべい※ ひとくち羊かん※	16日 みたらしちくわ
19日 チーズトースト	20日 たぬきおにぎり	21日 お豆腐ドーナツ	22日 りんごのれもん煮 ヨーグルト添え	23日 おふラスク レーズン※
26日 じゃこわかめおにぎり	27日 ウエハース※ キャンディチーズ※	28日 米粉の ミックスベリーケーキ	29日 新じゃがの ガーリック風味	30日 ココアプリン

5月はもちもちなちまき風の中^{ちゅうか}華^{かな}おこわや、季節^{きせつ}の花^{はな}である『藤^{ふじ}』をイメージした藤^{ふじ}の花^{はな}ごま塩^{しお}おむすびを作ります。一つ一つ竹^{ひと}の葉^はで包^{つつ}むことはできませんが、ちまき風^{ふう}のおにぎり^{おにぎり}で、みなさんの無^む病^{びょう}息^{そく}災^{さい}を願^{ねが}います。また、5月1日は八^{はち}十^{じゅう}八^{はち}夜^や、茶^{ちや}摘^つみのシーズン^{しーずん}の始^{はじ}まり^{まり}なので、それにちなんだ茶^{ちや}葉^はの風味^{ふうみ}香^かるおちゃめケーキを作ります。お茶^{ちや}には、抗^{こう}菌^{きん}作用^{さよう}、利^り尿^{にょう}作用^{さよう}など良^よい効^{こう}能^{のう}がた^たくさんあ^あります。おやつを通^{とお}してお茶^{ちや}の良^よさや美^み味^{あじ}しさを伝^{つた}えてい^いきたいと思^{おも}います。

大^{おお}型^{がた}連^{れん}休^{きゅう}の後^{あと}は、生^{せい}活^{かつ}のリズ^{リズム}ムを整^{ととの}えるのが難^{むずか}しく、体^{からだ}が重^{おも}くなりがちです。さらに、夏^{なつ}の様^{よう}に暑^{あつ}い日^ひや強^{つよ}い日^ひ差^さしで疲^{つか}れが溜^{たま}りやすくなりま^ます。暑^{あつ}い日^ひにぴ^つた^たりのカ^かルピ^るスやレ^れモ^もンを使^{つか}った、爽^{さわ}やか^かな^なおやつも用^{よう}意^いしま^ました。5月^{がつ}は人^{にん}気^きのおやつも多^{おほ}く取^とり入^いれま^ましたので、おやつ^{じかん}の時^{とき}間^{かん}はほ^ほっ^と一^{ひと}息^{いき}つ^ついて体^{からだ}も心^{こころ}も癒^{いや}してほ^ほしいと思^{おも}います。

5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
			おちゃめケーキ	もちもちちまき
※市販品			小麦粉、ベーキングパウダー、抹茶粉、卵B、牛乳、サラダ油、砂糖	米、もち米、干椎茸、人参、豚挽肉、醤油、ごま油、塩、酒、みりん
5日	6日	7日	8日	9日
お休み	お休み	きなこクリームサンド	藤の花ごま塩おむすび	ウエハース・プルーン
		食パン、きなこ、小麦粉、豆乳、砂糖	米(雑穀)、黒豆、ゆかり、黒ごま、塩	ウエハース※プルーン※
12日	13日	14日	15日	16日
スティックおさつ	カルピススコーン	カレーミートマカロニ	塩せんべい・ひとくち羊かん	みたらしちくわ
さつまいも、砂糖、塩、サラダ油	小麦粉、ベーキングパウダー、ヨーグルト、カルピス、サラダ油、砂糖、塩	マカロニ、豚挽肉、鶏挽肉、玉ねぎ、人参、にんにく、トマト缶、ケチャップ、塩、ソース、カレー粉、サラダ油	塩せんべい※ひとくち羊かん※	ちくわ(卵C)、醤油、砂糖、塩、片栗粉
19日	20日	21日	22日	23日
チーズトースト	たぬきおにぎり	お豆腐ドーナツ	りんごのれもん煮ヨーグルト添え	おふうスク・レーズン
食パン、粉チーズ、塩、バター、サラダ油、パセリ粉	米(雑穀)、天かす、青のり、サラダ油、醤油、塩、ごま	小麦粉、ベーキングパウダー、豆腐、豆乳、サラダ油、砂糖、きなこ	りんご、レモン(汁)、はちみつ、砂糖、ヨーグルト	小町麴、サラダ油、砂糖、レーズン※
26日	27日	28日	29日	30日
じゃこわかめおにぎり	ウエハース・キャンディチーズ	米粉のミックスベリーケーキ	新じゃがのガーリック風味	ココアプリン
米(雑穀)、じゃこ、わかめ、塩、ごま、酒	ウエハース※キャンディチーズ※	米粉、ベーキングパウダー、卵B、砂糖、牛乳、サラダ油、いちご、ブルーベリー	新じゃがいも、塩、こしょう、ガーリックパウダー、サラダ油	ココア、ホイップクリーム、牛乳、アガー、寒天、砂糖

【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、コッペパンの原材料には小麦、乳製品、卵を含みます。
- * 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－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－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。
- * 麴の原材料には小麦を含みます。
- * 納品状況や食材価格により、食材の変更をする場合がありますが、アレルギ－食材の使用は致しません。

