5月おやつ献立　Aコース

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 こいのぼり春巻き (スイートポテト)	8日	9日 プレーンあげぱん
12日 スティックおさつ	13日 カレーミートマカロニ	14日 じゃこわかめおにぎり	15日 柑橘・ キャンディチーズ※	16日
19日 コロコロきな粉スナック	20日 たぬきおにぎり	21日 焼きそばドック	22日 みたらしちくわぶ	23日 りんごのれもん煮・ おせんべい※
26日	27日 ザクザク！クッキー・ いちご	28日 お豆腐ドーナツ	29日 新じゃがの ガーリック風味	30日 ココアプリン

5月はもちもちのちまき風中華おこわやこいのぼり春巻き、季節の花である『藤』をイメージした藤の花ごま塩むすびを作ります。こいのぼりの形が可愛らしく、スイートポテトの入った甘い春巻きやちまき風のおにぎりで、みなさんの健やかな成長を願います。また、5月1日は八十八夜、茶摘みのシーズンの始まりなので、それにちなんだ茶葉の風味香るおちゃめケーキを作ります。お茶には、抗菌作用、利尿作用など良い効能がたくさんあります。おやつを通してお茶の良さや美味しさを伝えていきたいと思います。

大型連休の後は、生活のリズムを整えるのが難しく、体が重くなりがちです。さらに、夏の様に暑い日や強い日差しで疲れが溜りやすくなります。暑い日にぴったりのカルピスやレモンを使った、爽やかなおやつも用意しました。　5月は人気のおやつも多く取り入れましたので、おやつの時間はほっと一息ついて体も心も癒してほしいと思います。

5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
			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	こいのぼり春巻き(スイートポテト)		プレーンあげぱん
		春巻きの皮、さつまいも、 りんご、砂糖、レモン(汁)、 醤油、みりん、サラダ油		コッペパン、砂糖、塩、サラダ油
12日	13日	14日	15日	16日
スティックおさつ	カレーミートマカロニ	じゃこわかめおにぎり	柑橘・キャンディチーズ※	
さつまいも、砂糖、塩、サラダ油	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	米(雑穀)、じゃこ、わかめ、 塩、ごま、酒	柑橘／キャンディチーズ※	
19日	20日	21日	22日	23日
コロコロきな粉スナック	たぬきおにぎり	焼きそばドック	みたらしちくわぶ	りんごのれもん煮・おせんべい※
高野豆腐、きな粉、砂糖、塩、 米粉、片栗粉、サラダ油	米(雑穀)、天かす、青のり、 サラダ油、めんつゆ、塩、ごま	スリットロール、中華麺、 キャベツ、人参、(ニラ)、 ソース、醤油、ごま油	ちくわぶ、醤油、砂糖、 みりん、片栗粉	りんご、レモン(汁)、 はちみつ、砂糖 ／おせんべい※
26日	27日	28日	29日	30日
	ザクザク！クッキー・いちご	お豆腐ドーナツ	新じゃがのガーリック風味	ココアプリン
	小麦粉、ベーキングパウダー、 オートミール、コーンフレーク、 牛乳、サラダ油、砂糖、塩／いちご	小麦粉、ベーキングパウダー、 豆腐、豆乳、サラダ油、砂糖	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ー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・ごま等も含みます。

＊麸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、アレルギー食材の使用は致しません。