



# 7月おやつ献立 Cコース



月	火	水	木	金
	1日 蒸しとうもろこし	2日 ガーリックトースト	3日 サーターアンダギー	4日 きなこマカロニ・ キャンディチーズ※
7日 七夕ゼリー	8日 枝豆チーズおにぎり	9日 醤油せんべい※ レーズン※	10日 さつま芋のレモン煮	11日 ツナトースト
14日 ちくわの天ぷら	15日 メロンヨーグルト	16日 ほたるおにぎり	17日 土用もち	18日 青のりポテト
21日 お休み	22日 バナナマフィン	23日 スイカフローズン	24日 ココアクリームサンド	25日 おふスナック・ プルーン※
28日 ごまきなこおはぎ	29日 うどんかりんとう・ ひとくちゼリー※	30日 カルピスケーキ	31日 マカロニナポリタン	※は市販品です

7月7日は『七夕』ですね。7日には天の川のきらめく星をイメージした七夕ゼリーを出し、節句を祝います。

七夕の夜にはぜひ空を見上げてみてくださいね。

また、19日は土用の丑の日前後には、手作りのあんこをかけた『土用餅』を食べて無病息災を願います。

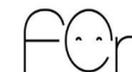
暑くなりたくさん汗をかくので、スイカやメロンなど水分やミネラルの多い旬の食材の力で照った体を

内側から冷やしましょう！また、暑さで食欲が落ちやすいので、さわやかなヨーグルトやさっぱりとした酸味の

カルピスケーキなど人気なおやつをたくさん取り入れました。

しっかり食べて元気に夏を楽しんでくださいね♪

# 7月おやつ食材一覧表 Cコース



	1日	2日	3日	4日
	蒸しとうもろこし	ガーリックトースト	サーターアングギー	きなこマカロニ・キャンディチーズ
	とうもろこし、塩	食パン、サラダ油、オリーブ油、 にんにく、塩、パセリ粉	小麦粉、黒糖、三温糖、 卵B、サラダ油、牛乳、 ベーキングパウダー	マカロニ、きな粉、砂糖、塩 / キャンディチーズ※
7日	8日	9日	10日	11日
七夕ゼリー	枝豆チーズおにぎり	醤油せんべい・レーズン	さつま芋のレモン煮	ツナトースト
牛乳、砂糖、アガー、 いちご、トマト、レモン汁	米(雑穀)、枝豆、チーズ、 塩、酒	醤油せんべい※ レーズン※	さつま芋、砂糖、塩、 レモン汁、はちみつ	食パン、ツナ(缶)、マヨネーズ、 塩、こしょう、パセリ粉
14日	15日	16日	17日	18日
ちくわの天ぷら	メロンヨーグルト	ほたるおにぎり	土用もち	青のりポテト
ちくわ(卵C)、サラダ油、小麦粉、 米粉、にんにく、生姜、醤油	ヨーグルト、メロン、砂糖、 レモン汁	米、黒米(雑穀)、とうもろこし、 塩、醤油、のり	白玉粉、米粉、小豆、 砂糖、塩	じゃが芋、サラダ油、米粉、 片栗粉、塩、青のり
21日	22日	23日	24日	25日
お休み	バナナマフィン	スイカフローズン	ココアクリームサンド	おふすなック・プルーン
	小麦粉、牛乳、卵B、バナナ、 砂糖、サラダ油、 ベーキングパウダー	スイカ、りんごジュース、砂糖	食パン、砂糖、牛乳、 小麦粉、ココア、バター	麩、サラダ油、粉チーズ、 塩、青のり / プルーン※
28日	29日	30日	31日	
ごまきなこおはぎ	うどんかりんとう・ひとくちゼリー	カルピスケーキ	マカロニナポリタン	
米、もち米、砂糖、塩、 きな粉、すりごま	うどん、サラダ油、 小麦粉、砂糖、塩 / ひとくちゼリー※	小麦粉、砂糖、牛乳、 カルピス、サラダ油、卵B、 ベーキングパウダー	マカロニ、豚挽肉、鶏挽肉 玉ねぎ、ピーマン、ケチャップ、 ソース、塩、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・ごま等も含みます。
- \* 麩の原材料には小麦を含みます。