



9月おやつ献立 Cコース



fOn

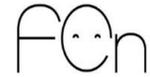
月	火	水	木	金
1日 防災の日メニュー きなこしらたま	2日 防災の日メニュー ウエハース※ ひとくち羊かん※	3日 鬼まんじゅう	4日 梨のミルクゼリー	5日 ガーリックトースト
8日 重陽の節句メニュー お花風マフィン	9日 おふと豆スナック キャンディチーズ※	10日 重陽の節句メニュー 菊花入り こぎつねおにぎり	11日 ちくわのカレー揚げ	12日 ヨーグルトスコーン
15日 お休み	16日 梅ひじきのおにぎり	17日 かぼちゃプリン	18日 お彼岸 手作りおはぎ	19日 もちもちおさつどーなつ
22日 たらこパスタ	23日 お休み	24日 きなこクリームサンド	25日 のりしおぼてと	26日 秋のおたのしみ 米粉ケーキ
29日 おかかおにぎり	30日 フレンチトースト			※市販品

連日の猛暑が落ち着き始めて、夏が終ろうとしていますね。少しずつ夕暮れが早くなり、秋の訪れを感じる頃です。夏休みでお休みだった日々から、学校や幼稚園が始まると身体は想像以上に疲れてしまいます。バランスの良い食事と規則正しい生活で体調を整えておきましょう。今月のおやつにも、ビタミンやミネラルが多く含む季節の食材を多く取り入れました。

9月1日の「防災の日」に合わせて、防災食にもなる乾燥食材を使います。9日の「重陽の節句」には、1年に一度の菊花を入れたおにぎりを握り、菊の花風のマフィンを焼きます。また、20～26日はお彼岸です。墓参りをして「おはぎ」を食べ、ご先祖さまへの感謝と健康を願いましょう。

季節のおやつを通して、節句や行事食を知ってもらいたいと思います。これからは、梨やぶどうなどの秋の果物や、おいもやかぼちゃなどが美味しくなる季節がやってきますね。たくさん食べて、残りの夏を乗り切りましょう！

9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	3日	4日	5日
きなこしらたま	ウエハース・ひとくち羊かん	鬼まんじゅう	梨のミルクゼリー	ガーリックトースト
白玉粉、米粉、きな粉、砂糖、塩	ウエハース※ ひとくち羊かん※	さつまいも、小麦粉、砂糖、塩、ベーキングパウダー	梨、レモン汁、牛乳、砂糖、アガー	食パン、にんにく、サラダ油、オリーブ油、塩、パセリ粉
8日	9日	10日	11日	12日
お花風マフィン	おふと豆スナック・キャンディチーズ	菊花入りこぎつねおにぎり	ちくわのカレー揚げ	ヨーグルトスコーン
小麦粉、卵B、砂糖、牛乳、サラダ油、ベーキングパウダー、人参、オレンジジュース	小町麩、大豆、米粉、小麦粉、サラダ油、青のり、塩、キャンディチーズ※	米(雑穀)、菊の花、油揚げ、醤油、砂糖、塩、ごま	ちくわ(卵C)、米粉、小麦粉、カレー粉、塩、サラダ油	小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、塩、サラダ油、ヨーグルト、カルピス、レーズン
15日	16日	17日	18日	19日
	梅ひじきのおにぎり	かぼちゃプリン	手作りおはぎ	もちもちおさつどーなつ
お休み	米(雑穀)、ひじき、醤油、砂糖、塩、ゆかり、梅干	かぼちゃ、砂糖、豆乳、ホイップクリーム、寒天	米、もち米、小豆、砂糖、塩	さつまいも、砂糖、豆腐、ごま、サラダ油、小麦粉、ベーキングパウダー
22日	23日	24日	25日	26日
たらこパスタ	お休み	きなこクリームサンド	のりしおぼてと	秋のおたのしみ米粉ケーキ
マカロニ、たらこ、牛乳、バター、サラダ油、塩、コショウ、小麦粉、海苔、人参、玉ねぎ		食パン、豆乳、砂糖、きな粉、小麦粉	じゃがいも、米粉、片栗粉、青のり、塩、こしょう、サラダ油	米粉、卵B、砂糖、牛乳、サラダ油、ベーキングパウダー、(梨、りんご、パイナップル)
29日	30日			
おかかおにぎり	フレンチトースト			
米(雑穀)、醤油、酒、みりん、砂糖、塩、かつお節、ごま、サラダ油	食パン、卵A、牛乳、砂糖、バター、バニラエッセンス、シナモン			※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マテリアル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・ごま等も含まれます。
- * 麩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、アレルギーマテリアルの使用は致しません。

