



10月おやつ献立 Aコース



fOn

月	火	水	木	金
※は市販品です		1日 りんごヨーグルト	2日 豆腐の日 おとうふブラウニー	3日 いわしの日(4日) じゃこチーズピザ・ ひとくちゼリー※
6日 新米の塩おにぎり	7日 十五夜(6日) お月見だんご (みたらし)	8日 	9日 はちみつチーズトースト	10日 もちもちきなこドーナツ
13日 お休み	14日 すいーとぼてと	15日 梨・ちくわぶチップス	16日 	17日 お楽しみジャムサンド
20日 お月見 がんづき	21日 栗おこわおむすび	22日 プレーン揚げパン	23日 きらきら秋色ゼリー	24日 柿の日(26日) 柿・おせんべい※
27日 世界パスタデー(25日) ミートマカロニ	28日 フライドポテト	29日 ハロウィン おばけちゃんケーキ	30日 ハロウィン ハロウィン カラフルピラフ	31日 

『あつさ寒さも彼岸まで』と昔から言われるように、やっと長い夏が終わり吹く風がさわやかになりました。秋は、運動・勉強・読書・芸術など何をするにも良い時期ですね。みなさんが毎日全力で取り組めるよう、体づくりを応援していきます！

実りの秋の季節の食材として、りんご、梨、柿、栗、芋を出します。また、毎年お待ちかね！美味しい新米のおにぎりも握ります。10月のイベントや食べ物の日にちなんだメニューもたくさん用意しています。10月6日は「十五夜」お月見の日。きれいな月が見えることを願いながら“お月見だんご”や“がんづき”という蒸しケーキを作ります。子どもたちお楽しみ「ハロウィン」には、かぼちゃとチョコのケーキ、色とりどりのピラフを用意しました。

1年に1度しか味わうことのできない、様々な秋の味覚を口いっぱいに堪能してください。おやつと

一緒に手書きのお手紙も読み、食について学びながら楽しく食べてもらえたら嬉しいです♪

10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	3日
		りんごヨーグルト	おとうふブラウニー	じゃこチーズピザ・ひとくちゼリー
※は市販品です		ヨーグルト、りんご、砂糖、 レモン汁、はちみつ	小麦粉、豆腐、ココア、 砂糖、牛乳、砂糖、サラダ油、 ベーキングパウダー	餃子の皮、ちりめんじゃこ、 ピザチーズ、青のり／ ひとくちゼリー※ (りんご・オレンジ・ぶどう・桃・パイナップル)
6日	7日	8日	9日	10日
新米の塩おにぎり	お月見だんご（みたらし）		はちみつチーズトースト	もちもちきなこドーナツ
米、のり、塩	白玉粉、米粉、砂糖、 醤油、みりん、片栗粉		食パン、ピザチーズ、 はちみつ	小麦粉、豆腐、豆乳、 ベーキングパウダー、 きな粉、砂糖、塩、サラダ油
13日	14日	15日	16日	17日
	すいーとぼてと	梨・ちくわぶチップス		お楽しみジャムサンド
お休み	さつま芋、砂糖、バター、 牛乳、卵B	梨／ ちくわぶ、青のり、塩、 片栗粉、米粉、サラダ油		スリットロール、砂糖、 レモン汁、くだもの (りんご・梨・ぶどう・プラム・ ブルーベリー・桃・柑橘・メロン)
20日	21日	22日	23日	24日
がんばき	栗おこわおむすび	プレーン揚げパン	きらきら秋色ゼリー	柿・おせんべい
小麦粉、ベーキングパウダー(重曹)、 卵B、サラダ油、牛乳、黒糖、 砂糖、はちみつ、酢、ごま	米、もち米、※栗の甘露煮、 塩、ごま、酒	コッペパン、サラダ油、砂糖、塩	紅茶、砂糖、みかん(缶)、 寒天、アガー	柿／おせんべい※
27日	28日	29日	30日	31日
ミートマカロニ	フライドポテト	おばけちゃんケーキ	ハロウィンカラフルピラフ	
マカロニ、鶏(豚)挽肉、トマト(缶)、 玉ねぎ、人参、にんにく、 ピザチーズ、ケチャップ、ソース、 醤油、塩、パセリ粉、サラダ油	じゃがいも、サラダ油、 米粉、片栗粉、塩、こしょう	小麦粉、卵B、牛乳、砂糖、 サラダ油、ベーキングパウダー、 かぼちゃ(人参)、チョコチップ	米(雑穀)、玉ねぎ、ピーマン、人参、 コーン(缶)、ケチャップ、ソース、 醤油、カレー粉、サラダ油、塩	

【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。
- * 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、アレルギ食材の使用は致しません。

