



12月おやつ献立 Cコース



foh

月	火	水	木	金
※は市販品です				
1日	2日	3日	4日	5日
りんごとレーズンの まるばん	塩おむすび	白玉ぜんざい	ツナトースト	スイートポテト
8日	9日	10日	11日	12日
ゆかりおにぎり	みかんと桃のヨーグルト	ココアドーナツ	ボンデケーキ ウエハース	コーンクリームマカロニ
15日	16日	17日	18日	19日
手作りジャムサンド	ちくわのカレー揚げ	みかん蒸しパン	おふスナック ブルーノ	こぎつねおにぎり
22日	23日	24日	25日	26日
かぼちゃの天ぷら	クリスマス☆ チョコバナナケーキ	柚子とヨーグルトの スコーン☆	☆チキンピラフ	オレンジ フレンチトースト

短い秋も終わり、あっという間に冬がやってきましたね。12月は寒さも本格的になり、気温差や乾燥によって体調を崩しやすい時期です。

冬休みには、クリスマスや年越しなどたくさんのお楽しみイベントが待っていますね。栄養バランスのとれた温かい食事や休息をとり、体の抵抗力を付けてしっかりと風邪予防をしましょう！「いただきます」の前の手洗い・うがいもとても大切です。今月もビタミンたっぷりの冬の果物や12月22日の『冬至』にちなんだ南瓜や柚子を使ったおやつを出します。さらに、みなさんお待ちかねのクリスマスには、チョコバナナケーキやチキンピラフなどを用意しました★ 2025年の最後にふさわしい人気のおやつが勢ぞろいです！美味しく食べて1年を締めくくりましょう！

12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
※は市販品です				
1日	2日	3日	4日	5日
りんごとレーズンのまるぱん	塩おむすび	白玉ぜんざい	ツナトースト	スイートポテト
強力粉、薄力粉、砂糖、塩、 ベーキングパウダー、牛乳、 バター、りんご、レーズン	米、塩、刻みのり	白玉粉、米粉、 小豆、砂糖、塩	食パン、ツナ(缶)、 マヨネーズ(卵B)、塩、 こしょう、パセリ粉	さつまいも、砂糖、塩、 牛乳、バター、卵B
8日	9日	10日	11日	12日
ゆかりおにぎり	みかんと桃のヨーグルト	ココアドーナツ	ボンデケージョ・ウエハース	コーンクリームマカロニ
米(雑穀)、塩、ゆかり、ごま	ヨーグルト、砂糖、 みかん(缶)、桃(缶)	小麦粉、ベーキングパウダー、 豆腐、豆乳、ココア、 砂糖、サラダ油	じゃがいも、白玉粉、 粉チーズ(卵C)、牛乳、 サラダ油 / ウエハース※	マカロニ、玉葱、小麦粉、 牛乳、コーンクリーム(缶)、 塩、こしょう
15日	16日	17日	18日	19日
手作りジャムサンド	ちくわのカレー揚げ	みかん蒸しパン	おふスナック・プルーン	こぎつねおにぎり
食パン、砂糖、レモン汁、 いちご、りんご、桃、 ブルーベリー	煮込みちくわ(卵C)、小麦粉、 米粉、カレー粉、塩、 サラダ油	小麦粉、ベーキングパウダー、 砂糖、サラダ油、みかん(缶)	小町麩・サラダ油、 きな粉、砂糖、塩 プルーン※	米(雑穀)、油揚げ、人参、 ごま、砂糖、塩、醤油
22日	23日	24日	25日	26日
かぼちゃの天ぷら	クリスマス☆チョコバナナケーキ	柚子とヨーグルトのスコーン☆	☆チキンピラフ	オレンジフレンチトースト
かぼちゃ、米粉、小麦粉、 サラダ油、塩	小麦粉、ベーキングパウダー、 卵B、砂糖、サラダ油、 牛乳、バナナ、チョコチップ	小麦粉、ベーキングパウダー、 砂糖、塩、サラダ油、 牛乳、ヨーグルト、柚子	米(雑穀)、鶏挽肉、玉葱、 人参、ピーマン、サラダ油、 バター、塩、こしょう	食パン、卵A、牛乳、バター、 オレンジジュース、砂糖、 バニラエッセンス

【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場合がございます。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。

