

10月おやつ献立



月	火	水	木	金
1日 かぼちゃ団子 (みたらし)	2日 ツナ昆布おにぎり	3日 いももち(さつまいも)	4日 ぶどう ・お麩ラスク (のり塩)	5日 アップルケーキ
8日 体育の日	9日 りんご ・※おせんべい	10日 がんづき	11日 焼きおにぎり (生姜味噌)	12日 鶏むねカレー 唐揚げ
15日 オレンジスフレ	16日 さつまいもと大豆の 飴がらめ	17日 のりまき	18日 なすの肉詰め	19日 いきなり団子風 白玉
22日 たぬきおにぎり	23日 ツナボール	24日 梨・※おせんべい	25日 芋ようかん	26日 ゆずはちみつ ゼリー
29日 うぐいす揚げパン	30日 スイート パンプキン	31日 3種のきのこの 炊き込みおにぎり		

吹く風がさわやかになり、秋も深まってきました。運動・勉強・読書・芸術など何をするにも良い時期です。子どもたちが全力で取り組めるよう、応援していきます！

実りの秋の10月は、季節のくだものや食材をふんだんに使ったおやつを出します。猛暑の夏を乗り越え、たくましく育った作物たちです。味わって食べて欲しいと思います。

10月21日は「十三夜」です。別名「芋名月」と呼ばれることから、19日にさつまいもを使った「いきなり団子風白玉」を出します。涼しくなり空気が澄んで月がきれいに見えるころです。十三夜の夜もぜひ月を眺めてみてください。

10月おやつ献立 使用食材一覧表

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
かぼちゃ団子（みたらし）	ツナ昆布おにぎり	いももち（さつまいも）	ぶどう・お麩ラスク（のり塩）	アップルケーキ
白玉粉、米粉、かぼちゃ、 醤油、みりん、砂糖、片栗粉	米、ツナ、昆布、塩、醤油	さつまいも、牛乳、油、 砂糖、片栗粉、塩	ぶどう、麩、青のり、塩、油	小麦粉、卵B、砂糖、りんご、 バター、 ベーキングパウダー
8日	9日	10日	11日	12日
体育の日	りんご・※おせんべい	がんづき	焼きおにぎり（生姜味噌）	鶏むねカレー唐揚げ
お休み	りんご、おせんべい	小麦粉、卵B、黒糖、酢、油、 牛乳、重曹、ごま	米、味噌、みりん、砂糖、生姜	鶏むね肉、酒、塩、塩麴、 コショウ、カレー粉、 片栗粉、米粉、油
15日	16日	17日	18日	19日
オレンジスフレ	さつまいもと大豆の飴がらめ	のりまき	なすの肉詰め	いきなり団子風白玉
パン粉、オレンジジュース、砂糖、 生クリーム、カテージチーズ、 卵、粉チーズ、みかん	さつまいも、大豆、醤油、 みりん、砂糖、油	米、のり、にんじん、しいたけ、 かんぴょう、野沢菜、酢、砂糖、 塩、みりん、醤油	なす、鶏ひき肉、豚挽き肉、 玉ねぎ、塩麴、酒、塩、 コショウ、片栗粉、油	白玉粉、米粉、薄力粉、 さつまいも、砂糖、小豆、塩
22日	23日	24日	25日	26日
たぬきおにぎり	ツナボール	梨・※おせんべい	芋ようかん	ゆずはちみつゼリー
米、揚げ玉、めんつゆ、 青のり、ごま、ごま油	小麦粉、卵B、ツナ、チーズ、 牛乳、油、砂糖、 ベーキングパウダー、塩	梨、おせんべい	さつまいも、砂糖、寒天、牛乳	ゆず、はちみつ、砂糖、寒天
29日	30日	31日		
うぐいす揚げパン	スイートパンブキン	3種のきのこの炊き込みおにぎり		
コッペパン、うぐいすきなこ、砂 糖、塩、油	かぼちゃ、さつまいも、牛乳、砂 糖、塩、バター	米、まいたけ、えのき、 しめじ、醤油、みりん、酒		

【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（小麦）を含みます。ちんすこうの原材料には小麦、卵、ラードを含みます。

* 食パン、コッペパンの原材料には小麦、乳製品を含みます。

* 卵Aは20g以上使用（例：太巻きの卵焼き）、卵Bは10g以下（例：ケーキ、ドーナツ）として使用、全て完全加熱して提供いたします。

