

おやつ カレンダー

2025

5月

はやかわせんせい
早川先生からの

ワンポイント アドバイス

かむ力をつけましょう

子どもたちのかむ力が弱くなっていると言われています。ごぼうやレンコン、りんごなどのかみごたえのある野菜や果物、骨ごと食べられる小魚、イカやタコなどはしっかりかんで小さくしないと飲みこめませんね。ふだんからかむことを意識して練習してみましょう。

■PROFILE 管理栄養士 早川洋子氏

合同会社 TONTON代表 東京薬科大学非常勤講師。離乳食講座や健康栄養講座などを主催。コープデリ宅配の子育て層向けチラシ、「きらきら Baby & Kids」の離乳食レシピの作成や商品の月齢監修もてがけている。日本生協連が開発した、コープの乳幼児シリーズ、きらきらステップの開発にも関わる。

co-op
コープみらい

「ともに」の力で、笑顔の明日を

	月	火	水	木	金
1週				1 トマトブリッツ 乳 小 co-op 黒棒 卵 小 瀬戸しお えび塩味 小 え	2 しみチョココーン全粒粉スティック 乳 小 ばかうけ青のりファミリーサイズ 小 ぷるりんゼリー ピーチ
2週	5	6	7 やさしい味わいばかうけしお味 co-op 全粒粉入りほろにがミルクコーヒーサンド 乳 小 ぷるりんゼリー グレープ	8 ミニアスパラガスビスケット5パック 小 co-op ビーバーくんの丸太チョコ 乳 小 無限のり 小 え	9 co-op 味わいやさしいみるく寒天 乳 サッポロポテトバーベQあじミニ4連 小 ハーベスト香ばしセサミ 乳 小
3週	12 ぶち歌舞伎揚 小 co-op ミルクケーキ 乳 ぷるりんゼリー アップル	13 マスクメロンアイスバー 乳 スコーンやみつぎバーベキュー 4連 乳 小 co-op チョコっとウエハース(Caたっぷり) 乳 小	14 たべっ子どうぶつビスケットバター味5連 乳 小 ばかうけごま揚げファミリーサイズ 小 ホームパイ 乳 小	15 こつぶポテコ4連包 うましお味 チョイス 卵 乳 小 co-op るんるんスティックゼリー	16 かっぱえびせんミニ4連 小 え カントリーマアム(バニラ&ココア) 卵 乳 小 co-op 黒棒 卵 小
4週	19 まいにち毎日クロワッサン(増量) 卵 乳 小 おこげ煎餅 醤油味 小 あべっ子ラムネ	20 ひとくちお野菜ベビースターラーメン丸うましお味 乳 小 co-op 応援食 発酵バタークッキー 卵 乳 小 ぷるりんゼリー グレープ	21 濃厚とろけるマンゴーアイスバー co-op あまじょっぱいポテトチョコ 乳 小 無限エビ え	22 スコーンやみつぎバーベキュー 4連 乳 小 co-op 応援食 国産おやさいのドーナツ(Ca入り) 卵 乳 小 すみっコぐらし カラフルグミです。	23 やさしい味わいばかうけしお味 ホームパイ 乳 小 co-op 北海道産小豆のひとくち塩ようかん
5週	26 ベビースターラーメン丸チキン味 小 co-op ぱふぱふ麦チョコ 乳 小 ぷるりんゼリー ピーチ	27 スティックポテトじゃがいもと塩 co-op 焼おにぎり 小 ハーベストバタートースト 乳 小	28 かっぱえびせんミニ4連 小 え ブラックムーン 卵 乳 小 白い風船コクうまミルククリーム 乳	29 たべっ子どうぶつビスケットバター味5連 乳 小 ばかうけ青のりファミリーサイズ 小 ぷるりんゼリー アップル	30 co-op 乳酸ドリンク 乳 ベビースター焼そば丸ソース味 乳 小 え co-op ココナッツクッキー 卵 乳 小

特定原材料8品目を表示：卵 卵 乳 乳 小 小麦 そば 落 落花生 え えび か かに < くるみ

特定原材料8品目(卵・乳・小麦・そば・落花生・えび・かに・くるみ)は、商品パッケージにある義務表示を案内しています。
※製造工程上の微量混入(コンタミネーション)は案内していません。

今月の 特別メニュー

co-op 世界の果実ゴールド
ンパイン

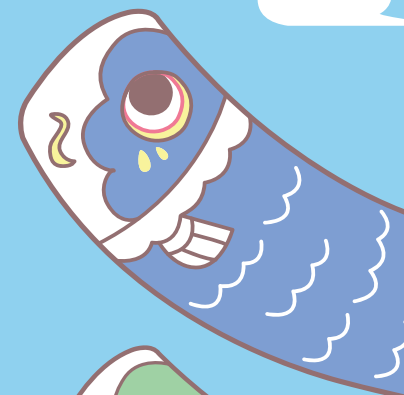
かしわもち こしあん

とくべつ
特別メニューの日は
児童会職員さんに
かくにん
確認してみてね!



※特別メニューはいつものおやつに
プラスして提供されます。

毎日、飲み物は
むぎ ちや
麦茶
がつきます



細かい商品情報は裏面にてご確認ください。➡

習志野市放課後児童会

5月		メーカー名	献立	商品温度帯	カロリー	卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに	くるみ	いわ	いくら	オレイン	キウイ	牛肉	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まいたけ	もも	やまいも	ゼラチン	バナナ	ごま	カシューナッツ	アーモンド	原材料名			
1週	1／木	江崎グリコ	トマトブリッツ	常	68kcal		●	●													●										小麦粉(国内製造)、植物油、ショートニング、砂糖、トマトペースト、でん粉、醸造酢(トマト酢)、イースト、ベジタブルペースト、オニオンシーズニング、食塩、乾燥ほうれんそう、こしょう/加工デンプン、調味料(無機塩等)、香料、乳化剤、酸味料、香辛料抽出物、(一部に乳成分・小麦・大豆を含む)				
		クロボー製菓	黒棒	常	62kcal	●		●																								小麦粉(小麦(九州))、赤糖(粗糖、糖蜜)、黒糖、鶏卵、水あめ/膨張剤			
		栗山米菓	瀬戸しお えび塩味	常	30kcal			●			●											●										植物油(国内製造)、米粉(うるち米(国産、米国産))、でん粉、食塩、魚介エキスパウダー(えびを含む)、砂糖、デキストリン、えび、粉末しょう油(小麦・大豆を含む)/加工でん粉、調味料(アミノ酸等)、ペニコウジ色素、香料(えび由来)、酸味料			
	2／金	ギンビス	しみチョココーン全粒粉スティック	常	92kcal		●	●														●										準チョコレート(植物油、砂糖、カカオマス、全粉乳、ココアパウダー)(国内製造)、コーングリッツ、小麦全粒粉、砂糖、ココアパウダー、食塩/乳化剤、炭酸Ca、香料、(一部に小麦・乳成分・大豆を含む)			
2週		栗山米菓	ばかうけ青のリファミリーサイズ	常	53kcal			●													●											米粉(うるち米(豪州産、国産、米国産))、うるち米(米国産、国産)、植物油、でん粉、しょう油(小麦・大豆を含む)、砂糖、醸造調味料、あおさ、青のり、焼のり、みりん、ペパーソース(食酢、唐辛子、食塩)/加工でん粉、調味料(アミノ酸等)			
		富士正食品	ぶるりんゼリー ピーチ	常	18kcal																				●								異性化液糖(国内製造)、還元水あめ、砂糖、ピーチ濃縮果汁、果糖/グル化剤(増粘多糖類)、酸味料、香料、(一部にものもを含む)		
	3／土																																		
3週	5／月																																		
	6／火																																		
	7／水	栗山米菓	やさしい味わいばかうけ しお味	常	85kcal																	●	●										うるち米(国産、米国産)、米粉(うるち米(国産))、植物油、でん粉、砂糖、食塩、デキストリン、チキンエキスパウダー、オニオンパウダー、たんばく加水分解物(大豆を含む)、酵母エキスパウダー		
4週		宝製菓	全粒粉入りほろにがミルクコーヒーサンド	常	62kcal		●	●														●											小麦粉(小麦(国産))、糖類(砂糖、乳糖、ぶどう糖)、ショートニング、小麦全粒粉、植物油、全粉乳、小麦胚芽、食塩、コーヒーマルチ、膨張剤、着色料(カラメル)、香料、乳化剤(大豆由来)		
		富士正食品	ぶるりんゼリー グレープ	常	18kcal																													異性化液糖(国内製造)、還元水あめ、砂糖、グレープ濃縮果汁、果糖/グル化剤(増粘多糖類)、酸味料、香料、ブドウ果皮色素	
	8／木	ギンビス	ミニアスパラガスビスケット5パック	常	70kcal			●																										小麦粉(国内製造)、砂糖、植物油、ショートニング、ごま、ぶどう糖、転化糖蜜、食塩、食物繊維、イースト/膨張剤、炭酸Ca、(一部に小麦・ごまを含む)	
		正栄デリシィ	ビーバーくんの丸太チョコ	冷	67kcal		●	●															●											砂糖(外国製造又は国内製造)、小麦粉、植物油、大豆加工食品(大豆パフ)、全粉乳、乳糖、カカオマス、ショートニング、ココアパウダー、ぶどう糖果糖液糖、食塩/炭酸Ca、乳化剤、膨張剤、香料	
5週		亀田製菓	無限のり	常	26kcal			●			●											●												うるち米(米国産、国産)、植物油、でん粉、食塩、あおさ、のり、砂糖、ひとえぐさ、たん白加水分解物、魚介エキス調味料、香辛料、青のり、粉末しょうゆ/加工でん粉、調味料(アミノ酸等)、トレハロース、(一部にえび・小麦・大豆を含む)	
	9／金	酪王協同乳業	味わいやさしいみるく寒天	冷	62kcal			●																										乳(生乳(国産))、砂糖、全粉乳、脱脂粉乳、ココナッツオイル、寒天、でん粉、デキストリン/香料	
		カルビー	サッポロポテトバーベQあじミニ4連	常	46kcal				●											●	●	●	●											小麦粉(国内製造)、植物油、じゃがいもでん粉、じゃがいも、乾燥じゃがいも、上新粉、砂糖、食塩、鶏卵、オニオンパウダー、ソーオニオン(固形を含む)、コーンスターチ、しょうゆ(大豆を含む)、かぼちパウダー、チキンパウダー、香料、たん白加水分解物、粉末しょうゆ、チキンエキスパウダー、酵母エキスパウダー、ビーフパウダー、調味料(アミノ酸等)、調味料(アミノ酸等)、炭酸カルシウム、カラメル色素、香料、甘味料(甘草)、香辛料抽出物、酸味料	
		東ハト	ハーベスト香ばしセサミ	常	58kcal			●	●																										小麦粉(国内製造)、砂糖、植物油、いりごま、ショートニング、加糖れん乳、わりごま、ココナッツ、ブドウ糖、食塩、すりごま、脱脂粉乳、バター、チーズパウダー/膨張剤、乳化剤、香料、(一部に乳成分・小麦・ごまを含む)
6週	10／土																																		
7週	12／月	天乃屋	ぶち歌舞伎揚	常	128kcal			●														●												うるち米(米国産、国産)、植物油、砂糖、しょうゆ(小麦・大豆を含む)、果糖ぶどう糖液糖、食塩、調味エキス(大豆を含む)/加工でん粉(小麦由来)、調味料(アミノ酸等)、カラメル色素	
		日本製乳	ミルクケーキ	常	23kcal			●																											乳製品(国内製造)/酸化防止剤(ビタミンE)
		富士正食品	ぶるりんゼリー アップル	常	18kcal																														異性化液糖(国内製造)、還元水あめ、砂糖、アップル濃縮果汁、果糖/グル化剤(増粘多糖類)、酸味料、香料、(一部にりんごを含む)
	13／火	クラシエ	マスクメロンアイスパ	凍	60kcal			●																											砂糖(国内製造)、メロン果汁、果糖ぶどう糖液糖、水あめ、乳製品、植物油/安定剤(増粘多糖類)、香料、酸味料、乳化剤、着色料(紅花黄、スピリナ青、紅糖)、(一部に乳成分を含む)
8週		湖池屋	スコーンやみつきバーベキュー 4連	常	85kcal			●	●													●												コーングリッツ(国内製造)、植物油、砂糖、粉末しょうゆ(小麦・大豆を含む)、香辛料、たんばく加水分解物(大豆を含む)、しょうゆだし粉末(小麦・大豆を含む)、香味油(小麦・大豆を含む)、オリゴ糖、ビーフエキスパウダー/調味料(アミノ酸等)、香料(乳・小麦・大豆・りんご由来)、酸味料、カラメル色素、アナトー色素、甘味料(アセチルサッカリンK、カンゾウ)	
		中新製菓	チョコっとうエハース(Caたっぷり)	常	26kcal			●	●													●													小麦粉(国内製造)、砂糖、ショートニング、ココアパウダー、ぶどう糖、でん粉、乳糖を主要原料とする食品、植物油/貝殻未焼成カルシウム、加工でん粉、炭酸Ca、乳化剤(大豆由来)、膨張剤、着色料(カラメル)、香料
		ギンビス	たべっ子どうぶつビスケットバター味5連	常	89kcal			●	●													●													小麦粉(国内製造)、砂糖、植物油、マーガリン(大豆を含む)、ごま、ショートニング、食塩、食物繊維、バター、DHA含有魚油、イースト/膨張剤、炭酸Ca、着色料(カロチノイド)、香料
	14／水	栗山米菓	ばかうけごま揚ファミリーサイズ	常	36kcal				●													●													米粉(うるち米(豪州産、国産、米国産))、植物油、うるち米(米国産、国産)、砂糖、しょう油(小麦・大豆を含む)、ごま、はちみつ、発酵調味料(小麦・大豆を含む)、調味エキス(小麦・大豆を含む)、アミノ酸液(大豆を含む)、ペパーソース(食酢、唐辛子、食塩)/加工でん粉、調味料(アミノ酸等)、カラメル色素、香料(ごま由来)
9週		不二家	ホームパイ	常	55kcal			●	●													●													小麦粉(国内製造)、植物油、砂糖、バター、発酵種(小麦を含む)、全粉乳、食塩、脱脂粉乳、たんばく質濃縮ホエイパウダー(乳成分を含む)、乳糖を主原料とする食品、水あめ/乳化剤(小麦・大豆由来)、香料(乳由来)、カロチノイド色素
	15／木	東ハト	こつぶポテコ4連包 うましお味	常	77kcal																														乾燥ポテト(外国製造)、植物油、食塩/加工澱粉、調味料(アミノ酸等)、酸化防止剤(ビタミンE)
		森永製菓	チョイス	常	90kcal			●	●	●												●													小麦粉(国内製造)、砂糖、ショートニング、卵白(卵を含む)、バターオイル、バター、植物油、チーズパウダー、たんばく質濃縮ホエイパウダー、食塩/膨張剤、香料、乳化剤(大豆由来)
		日幸製菓	るるんスティックゼリー	常	18kcal				●		●																								
10週	16／金	カルビー	かっぱえびせんミニ4連	常	59kcal			●		●																									小麦粉(国内製造)、植物油、でん粉、えび、砂糖、食塩/膨張剤、調味料(アミノ酸等)、甘味料(甘草)
		不二家	カントリーマアム(バナナ&ココア)	常	48kcal			●	●	●												●													ペパーソース(食酢、唐辛子、食塩)、砂糖、植物油、チョコレートチップ(乳成分を含む)、還元水あめ、卵、白ひき乳(乳成分を含む)、全粒小麦粉、脱脂粉乳、水あめ、食塩、卵黄(卵を含む)、全粉乳、乳糖を主原料とする食品/加工デンプン、乳化剤(小麦・大豆由来)、香料(卵由来)、カラメル色素、膨張剤、ココア/小麦粉(乳成分を含む)、植物油、還元水あめ、ココア、卵、白ひき乳(乳成分を含む)、脱脂粉乳、水あめ、カカオマス、全粒小麦粉、食塩、卵黄(卵を含む)、全粉乳、乳糖を主原料とする食品/加工デンプン、乳化剤(小麦・大豆由来)、香料(卵由来)、安定剤(加工デンプン)、膨張剤
		クロボー製菓	黒棒	常	62kcal																														

商品温度帯： 常 常温 冷 冷蔵 凍 冷凍

※カロリーは平均値で表示されている商品もあります。※商品の原材料、アレルギーなどは献立表作成時点の情報です。お届けする商品の内容とは異なる場合があります。

特定原材料8品目(卵・乳・小麦・そば・落花生・えび・かに・くるみ)は、商品パッケージにある義務表示を案内しています。特定原材料に準ずる(推奨)品目は、メーカーから情報提供のあった範囲で案内しています。※製造工程上の微量混入(コンタミネーション)は案内していません。