令和　8　年度

KYOUSYOKU 4月のこんだて

社会福祉法人
村の木清福会
地域の未来のたねになる

ひろみ保育園

平均栄養価（以上児）
エネルギー　521 Kcal
たんぱく質　20 g　脂質　15.8 g
カルシウム　278 mg　鉄分　4.9 mg

今月の有機率
平均　86 %

毎日の有機食材の使用率を表示しています。
😊😊😊😊 →95%以上使用
😊😊😊 →80%以上95%未満使用
😊😊 →50%以上80%未満使用
😊 →50%未満使用

		1 日 (水) 朝おやつ（未）おこめのおかし おべんとう　おちゃを もってきてください おやつ　こんぶあられ	2 日 (木) 朝おやつ（未）おこめのおかし おべんとう　おちゃを もってきてください おやつ　のりまきあられ 満月	3 日 (金) 休園
6 日 (月) 朝おやつ（未）おこめのおかし くろまいごはん ひよこまめカレー にんじんドレッシングサラダ おやつ　しおせんべい 以上児：　496　kcal　有機率：　88 % 未満児：　382　kcal 😊😊😊	7 日 (火) 朝おやつ（未）おこめのおかし ビビンバどん わかめスープ りんごゼリー おやつ　オレンジむしぱん 以上児：　783　kcal　有機率：　85 % 未満児：　630　kcal 😊😊😊	8 日 (水) 朝おやつ（未）おこめのおかし ゆかりごはん ごしょくのみそしる カルシウムひじきのにもの なっとうあえ(あおな・うめ・のり) おやつ　あまからせん 以上児：　411　kcal　有機率：　88 % 未満児：　330　kcal 😊😊😊	9 日 (木) 朝おやつ（未）おこめのおかし キヌアごはん たまねぎのみそしる きりぼしだいこんのチャプチェ なっとうあえ(わかめ・じゃこ) おやつ　ひじきあられ 以上児：　474　kcal　有機率：　85 % 未満児：　373　kcal 😊😊😊	10 日 (金) 朝おやつ（未）おこめのおかし ごまごはん あおなのみそしる あつあげのたまねぎみそやき なっとうあえ(キャベツ・のり) おやつ　ソースせん 以上児：　515　kcal　有機率：　91 % 未満児：　398　kcal 😊😊😊
13 日 (月) 朝おやつ（未）おこめのおかし キヌアごはん(ふりかけ) だいこんのみそしる はるさめいため かいそうあえ おやつ　こんぶあられ 以上児：　458　kcal　有機率：　82 % 未満児：　356　kcal 😊😊😊	14 日 (火) 朝おやつ（未）おこめのおかし アマランサスごはん かいそうのみそしる あおなととうふのいためもの なっとうあえ(あおな・きりぼし) おやつ　ふるふるとうにゅうごまプリン 以上児：　478　kcal　有機率：　91 % 未満児：　388　kcal 😊😊😊	15 日 (水) 朝おやつ（未）おこめのおかし あおまめごはん キャベツのみそしる にくじゃがふう なっとうあえ(にまつな・うめ・のり) おやつ　ソースせん 以上児：　517　kcal　有機率：　85 % 未満児：　411　kcal 😊😊😊	16 日 (木) 朝おやつ（未）おこめのおかし きつねどん しんじゃがとわかめのみそしる りんごゼリー おやつ　しおせんべい 以上児：　886　kcal　有機率：　82 % 未満児：　729　kcal 😊😊😊	17 日 (金) 朝おやつ（未）おこめのおかし あずきごはん(ごましお) ごしょくのみそしる きりぼしだいこんのにもの なっとうあえ(ひじき・あおな) おやつ　ひじきあられ 新月 以上児：　479　kcal　有機率：　83 % 未満児：　385　kcal 😊😊😊
20 日 (月) 朝おやつ（未）おこめのおかし ごまごはん キャベツのみそしる ひじきのにもの なっとうあえ(あおな・うめ・ごま) おやつ　しおせんべい 以上児：　551　kcal　有機率：　81 % 未満児：　438　kcal 😊😊😊	21 日 (火) 朝おやつ（未）おこめのおかし マーボーどん はるさめスープ りんごゼリー おやつ　こめこのむしぱん 以上児：　494　kcal　有機率：　86 % 未満児：　383　kcal 😊😊😊	22 日 (水) 朝おやつ（未）おこめのおかし わかめごはん きのこのみそしる あつあげのしょうがむし なっとうあえ(あおな・きりぼし) おやつ　のりまきあられ 以上児：　471　kcal　有機率：　90 % 未満児：　378　kcal 😊😊😊	23 日 (木) 朝おやつ（未）おこめのおかし あおのりごはん わかめのみそしる はるさめいため なっとうあえ(こまつな・にんじん) おやつ　りんごゼリー 以上児：　440　kcal　有機率：　89 % 未満児：　341　kcal 😊😊😊	24 日 (金) 朝おやつ（未）おこめのおかし くろまいごはん キーマカレー とうにゅうドレッシングサラダ (キャベツ・ブロッコリー) おやつ　こんぶあられ 以上児：　525　kcal　有機率：　87 % 未満児：　375　kcal 😊😊😊
27 日 (月) 朝おやつ（未）おこめのおかし ゆかりごはん オニオンスープ チャプチェふう なっとうあえ(あおな・うめ・ごま) おやつ　のりまきあられ 以上児：　494　kcal　有機率：　85 % 未満児：　396　kcal 😊😊😊	28 日 (火) 朝おやつ（未）おこめのおかし あおまめごはん たまねぎのみそしる じゃがいものカレーに なっとうあえ(ごま・じゃこ) おやつ　あまからせん 以上児：　452　kcal　有機率：　92 % 未満児：　362　kcal 😊😊😊	29 日 (水) 昭和の日	30 日 (木) 朝おやつ（未）おこめのおかし キヌアごはん きりぼしだいこんのみそしる あおなととうふのいためもの なっとうあえ(わかめ・じゃこ) おやつ　ひじきあられ 以上児：　458　kcal　有機率：　86 % 未満児：　368　kcal 😊😊😊	※食材の仕入れ状況や天候により、メニューが変更になる場合がございます。 ※園の給食は毎日、有機しょうゆを使用しています。 ※しょうゆには有機小麦が入っています。 ※新月、満月の前後のおやつは、より排毒するために小豆を使っています。 ※給食には、毎日いりこがついています。 ※給食とおやつに有機番茶がつきます。