



KYOUSYOKU

の こんだて



ひろみ保育園

<p>3 日 (月) 朝おやつ (未) おこめのおかし</p> <p>ちらしずし わかめのおすまし あおなのあえもの</p>  <p>おやつ こめこのよもぎむしパン 以上児: 493 kcal 有機率: 79 % 未満児: 396 kcal</p>	<p>4 日 (火) 朝おやつ (未) おこめのおかし</p> <p>くろまいごはん おまめのカレー にんじンドレッシングサラダ</p>  <p>おやつ いりこフライ 以上児: 502 kcal 有機率: 86 % 未満児: 394 kcal</p>	<p>5 日 (水) 朝おやつ (未) おこめのおかし</p> <p>しょうがごはん(ふりかけ) あおなのみそしる あつあげのたまねぎみそやき かいそうあえ</p>  <p>おやつ のりポテト 以上児: 533 kcal 有機率: 89 % 未満児: 408 kcal</p>	<p>6 日 (木) 朝おやつ (未) おこめのおかし</p> <p>キヌアごはん(ふりかけ) きのこのみそしる あおなととうふのいためもの なっとうあえ</p>  <p>おやつ とうにゅうこめむしパン 以上児: 561 kcal 有機率: 93 % 未満児: 429 kcal</p>	<p>7 日 (金) 朝おやつ (未) おこめのおかし</p> <p>わかめごはん キャベツのみそしる くるまふのフライ にんじンドレッシングサラダ</p>  <p>おやつ くらまめきなこあられ 以上児: 600 kcal 有機率: 85 % 未満児: 462 kcal</p>
<p>10 日 (月) 朝おやつ (未) おこめのおかし</p> <p>キヌアごはん(ふりかけ) だいこんのみそしる ベジミートのからあげ ちゅうかはるさめサラダ</p>  <p>おやつ しおせんべい 以上児: 566 kcal 有機率: 75 % 未満児: 419 kcal</p>	<p>11 日 (火) 朝おやつ (未) おこめのおかし</p> <p>ごまごはん かいそうのみそしる にくじゃがふう なっとうあえ</p>  <p>おやつ ミレービスケット 以上児: 471 kcal 有機率: 87 % 未満児: 361 kcal</p>	<p>12 日 (水) 朝おやつ (未) おこめのおかし</p> <p>トマトソースパスタ オニオンスープ とうにゅうドレスッシングサラダ</p>  <p>おやつ しおけんぴ 以上児: 553 kcal 有機率: 84 % 未満児: 422 kcal</p>	<p>13 日 (木) 朝おやつ (未) おこめのおかし</p> <p>しょうがごはん(ふりかけ) きのこのみそしる ふろふきだいこん なっとうあえ</p>  <p>おやつ フルフルとうにゅうごまプリン 以上児: 421 kcal 有機率: 90 % 未満児: 323 kcal</p>	<p>14 日 (金) 朝おやつ (未) おこめのおかし</p> <p>あずきごはん(ごましお) こしょうのみそしる きりぼしだいこんのもの しらあえ</p>  <p>おやつ あずきいろいろ 満月 以上児: 523 kcal 有機率: 87 % 未満児: 420 kcal</p>
<p>17 日 (月) 朝おやつ (未) おこめのおかし</p> <p>キヌアごはん(ふりかけ) しょうがスープ はるさめいため なっとうあえ</p>  <p>おやつ こんぶあられ 以上児: 507 kcal 有機率: 81 % 未満児: 396 kcal</p>	<p>18 日 (火) 朝おやつ (未) おこめのおかし</p> <p>くろまいごはん(ふりかけ) ごぼうのみそしる しょうがやき むしキャベツ</p>  <p>おやつ うめクッキー 以上児: 589 kcal 有機率: 93 % 未満児: 477 kcal</p>	<p>19 日 (水) 朝おやつ (未) おこめのおかし 年長児リクエストメニュー</p> <p>わかめごはん えんのみそしる とりのサクサクからあげ なっとうあえ</p>  <p>おやつ あまからせん 以上児: 609 kcal 有機率: 86 % 未満児: 489 kcal</p>	<p>20 日 (木)</p> <p style="text-align: center; font-size: 2em; color: red;">春分の日</p>	<p>21 日 (金) 朝おやつ (未) おこめのおかし 年長児リクエストメニュー</p> <p>くろまいごはん キーマカレー のりポテト にんじンドレッシングサラダ</p>  <p>おやつ さつまいもチップス 以上児: 635 kcal 有機率: 87 % 未満児: 491 kcal</p>
<p>24 日 (月) 朝おやつ (未) おこめのおかし</p> <p>キヌアごはん(ふりかけ) だいこんのみそしる ベジミートのからあげ むしキャベツ</p>  <p>おやつ ひじきあられ 以上児: 442 kcal 有機率: 81 % 未満児: 349 kcal</p>	<p>25 日 (火) 朝おやつ (未) おこめのおかし</p> <p>ごまごはん かいそうのみそしる だいこんとくるまふのもの</p>  <p>おやつ ぱくだんおにぎり 以上児: 559 kcal 有機率: 88 % 未満児: 431 kcal</p>	<p>26 日 (水) 朝おやつ (未) おこめのおかし</p> <p>たきこみごはん とんじるふう あおなのいそべあえ</p>  <p>おやつ わかめごはんおにぎり 以上児: 510 kcal 有機率: 86 % 未満児: 403 kcal</p>	<p>27 日 (木) 朝おやつ (未) おこめのおかし</p> <p>しょうがごはん(ふりかけ) キャベツのみそしる ぶたにくいりきんぴらごぼう</p>  <p>おやつ おこのみやき 以上児: 583 kcal 有機率: 91 % 未満児: 455 kcal</p>	<p>28 日 (金) 朝おやつ (未) おこめのおかし</p> <p>あずきごはん(ごましお) こしょうのみそしる きりぼしだいこんのもの しらあえ</p>  <p>おやつ あずきいろいろ 新月 以上児: 523 kcal 有機率: 89 % 未満児: 420 kcal</p>
<p>31 日 (月) 朝おやつ (未) おこめのおかし</p> <p style="text-align: center;">おべんとう おちゃを もってきてください</p> <p>おやつ ねじりんぼう</p> 	<p style="text-align: center;">平均栄養価 (以上児)</p> <p>エネルギー 513 kcal たんぱく質 18 g 脂質 16 g カルシウム 274 mg 鉄分 4 mg</p> <p style="text-align: center;">今月の有機率</p> <p style="text-align: center; font-size: 2em;">平均 85 %</p>		<p>毎日の有機食材の使用率を表示しています。</p> <p>☺☺☺☺☺ →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</p>	<p>※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。</p>

※給食とおやつに有機番茶がつきます。