令和　8　年度

7月のKYOUSYOKU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

※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。

ひろみ保育園

平均栄養価（以上児）
エネルギー　500　Kcal
たんぱく質　18　g　　脂質　18　g
カルシウム　247　mg　　鉄分　4.3　mg

今月の有機率
平均　88　%

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 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 しらあえ おやつ　こめこのあずきむしぱん　満月 以上児：　556　kcal　有機率：　88　% 未満児：　446　kcal	2　日　(木) 朝おやつ（未）おこめのおかし キヌアごはん かいそうのみそしる はるさめのカレーいため なっとうあえ(きゅうり・わかめ・うめ) おやつ　あんにんどうふ 以上児：　445　kcal　有機率：　84　% 未満児：　362　kcal	3　日　(金) 朝おやつ（未）おこめのおかし わかめごはん かぼちゃのみそしる しょうがやき むしキャベツ おやつ　しおせんべい 以上児：　549　kcal　有機率：　88　% 未満児：　425　kcal
6　日　(月) 朝おやつ（未）おこめのおかし ざっこくごはん なすのみそしる ひじきのにもの なっとうあえ(あおな・のり・じゃこ) おやつ　こんぶあられ 以上児：　461　kcal　有機率：　81　% 未満児：　370　kcal	7　日　(火) 朝おやつ（未）おこめのおかし たなばたメニュー さけちらしずし たなばたじる ごしょくのナムル おやつ　オレンジゼリー 以上児：　440　kcal 未満児：　353　kcal	8　日　(水) 朝おやつ（未）おこめのおかし アマランサスごはん あずきとトマトのみそしる きりぼしだいこんのカレーに なっとうあえ(オクラ・うめ) おやつ　のりまきあられ 以上児：　452　kcal　有機率：　85　% 未満児：　363　kcal	9　日　(木) 朝おやつ（未）おこめのおかし ゆかりごはん わかめスープ チンジャオロース きゅうりとトマトのナムル おやつ　バナナケーキ 以上児：　607　kcal　有機率：　86　% 未満児：　458　kcal	10　日　(金) 朝おやつ（未）おこめのおかし キヌアごはん きのこのみそしる なんばんづけ なっとうあえ(きゅうり・うめ・じゃこ) おやつ　ひじきあられ 以上児：　496　kcal　有機率：　84　% 未満児：　393　kcal
13　日　(月) 朝おやつ（未）おこめのおかし アマランサスごはん きのこのみそしる かぼちゃのにもの なっとうあえ(じゃこ・わかめ) おやつ　ソースせん 以上児：　453　kcal　有機率：　87　% 未満児：　364　kcal	14　日　(火) 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 しらあえ おやつ　こめこのあずきむしぱん　新月 以上児：　432　kcal　有機率：　88　% 未満児：　358　kcal	15　日　(水) 朝おやつ（未）おこめのおかし やきそばふううどん うめポテト りんごゼリー おやつ　なつやさいのグリル 以上児：　516　kcal　有機率：　94　% 未満児：　403　kcal	16　日　(木) 朝おやつ（未）おこめのおかし ざっこくごはん かぼちゃのみそしる はるさめのカレーいため なっとうあえ(きゅうり・わかめ・うめ) おやつ　レモンむしパン 以上児：　516　kcal　有機率：　88　% 未満児：　414　kcal	17　日　(金) 朝おやつ（未）おこめのおかし キヌアごはん オニオンスープ ポークチャップ とうふドレッシングサラダ おやつ　あまからせん 以上児：　518　kcal　有機率：　91　% 未満児：　420　kcal
20　日　(月) 海の日	21　日　(火) 朝おやつ（未）おこめのおかし くろまいごはん なつやさいカレー こうじドレッシングサラダ おやつ　しおせんべい 以上児：　473　kcal　有機率：　90　% 未満児：　375　kcal	22　日　(水) 朝おやつ（未）おこめのおかし キヌアごはん ひやじる なんばんづけ なっとうあえ(わかめ・じゃこ) おやつ　オレンジゼリー 以上児：　566　kcal　有機率：　93　% 未満児：　422　kcal	23　日　(木) 朝おやつ（未）おこめのおかし アマランサスごはん きのこのみそしる きりぼしだいこんのカレーに なっとうあえ(うめ・オクラ) おやつ　バナナケーキ 以上児：　604　kcal　有機率：　85　% 未満児：　485　kcal	24　日　(金) 朝おやつ（未）おこめのおかし ざっこくごはん とうもろこしのスープ きくらげのちゅうかいため なっとうあえ(あおな・うめ・のり) おやつ　ひじきあられ 以上児：　481　kcal　有機率：　82　% 未満児：　386　kcal
27　日　(月) 朝おやつ（未）おこめのおかし キヌアごはん かぼちゃのみそしる ひじきのにもの なっとうあえ(あおな・うめ) おやつ　こんぶあられ 以上児：　456　kcal　有機率：　86　% 未満児：　367　kcal	28　日　(火) 朝おやつ（未）おこめのおかし ざっこくごはん とうもろこしのみそしる はるさめのカレーいため なっとうあえ(オクラ・うめ) おやつ　レモンむしパン 以上児：　498　kcal　有機率：　92　% 未満児：　400　kcal	29　日　(水) 朝おやつ（未）おこめのおかし うめごはん かいそうのみそしる チンジャオロース もやしとトマトのナムル おやつ　やきとうもろこし 以上児：　444　kcal　有機率：　88　% 未満児：　332　kcal	30　日　(木) 朝おやつ（未）おこめのおかし アマランサスごはん なすのみそしる あおなととうふのいためもの なっとうあえ(きゅうり・わかめ・うめ) おやつ　オレンジゼリー 以上児：　515　kcal　有機率：　92　% 未満児：　413　kcal	31　日　(金) 朝おやつ（未）おこめのおかし わかめごはん にらのスープ とうもろこしのかきあげ むしキャベツ おやつ　あまからせん 以上児：　413　kcal　有機率：　92　% 未満児：　332　kcal