令和　8　年度

5月のKYOUSYOKU こんだて

社会福祉法人村の木清福会

社会福祉法人
村の木清福会
地域の未来のたねになる

平均栄養価（以上児）
エネルギー　522 Kcal
たんぱく質　20.4 g　　脂質　16.1 g
カルシウム　280 mg　　鉄分　4.9 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

※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。

1 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
しらあえ
おやつ　かしわもちふうこめこむしぱん　満月
以上児：499 kcal　有機率：91 %
未満児：401 kcal　😊😊😊

4 日 (月)
みどりの日

5 日 (火)
こどもの日

6 日 (水)
振替休日

7 日 (木)　朝おやつ（未）おこめのおかし　簡易献立
わかめごはん
きつねうどん
いんげんのごまあえ
おやつ　ひじきあられ
以上児：444 kcal
未満児：356 kcal

8 日 (金)　朝おやつ（未）おこめのおかし
あおまめごはん
かいそうのみそしる
なんばんづけ(たけのこ)
なっとうあえ(うめ・のり・あおな)
おやつ　のりまきあられ
以上児：479 kcal　有機率：86 %
未満児：386 kcal　😊😊😊

11 日 (月)　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
はるさめいため
なっとうあえ(わかめ・じゃこ・おろし)
おやつ　しおせんべい
以上児：414 kcal　有機率：81 %
未満児：320 kcal　😊😊😊

12 日 (火)　朝おやつ（未）おこめのおかし
ざっこくごはん
キャベツのみそしる
ひじきのにもの
なっとうあえ(ごま・あおな・のり)
おやつ　オレンジゼリー
以上児：510 kcal　有機率：83 %
未満児：405 kcal　😊😊😊

13 日 (水)　朝おやつ（未）おこめのおかし
くろまいごはん
はるやさいカレー
あつあげのカレーグリル
にんじんドレッシングサラダ
おやつ　こめこのマーラーカオ
以上児：626 kcal　有機率：90 %
未満児：468 kcal　😊😊😊

14 日 (木)　朝おやつ（未）おこめのおかし
アマランサスごはん
じゃがいもとわかめのみそしる
あつあげのたまねぎみそやき
なっとうあえ(あおな・おろし・じゃこ)
おやつ　ゆかりおにぎり
以上児：658 kcal　有機率：94 %
未満児：523 kcal　😊😊😊

15 日 (金)　朝おやつ（未）おこめのおかし
たけのこごはん
きのこのみそしる
とりのてりやき
むしキャベツ
おやつ　こんぶあられ
以上児：440 kcal　有機率：88 %
未満児：349 kcal　😊😊😊

18 日 (月)　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　あずきむしぱん　新月
以上児：516 kcal　有機率：89 %
未満児：451 kcal　😊😊😊

19 日 (火)　朝おやつ（未）おこめのおかし
キヌアごはん
とうふのみそしる
じゃがいものカレーに
なっとうあえ(きりぼし・わかめ・おろし)
おやつ　あまからせん
以上児：424 kcal　有機率：95 %
未満児：339 kcal　😊😊😊😊

20 日 (水)　朝おやつ（未）おこめのおかし
わかめごはん
かいそうのみそしる
あつあげのたまねぎみそやき
なっとうあえ(のり・あおな・じゃこ)
おやつ　ベイクドポテト
以上児：530 kcal　有機率：90 %
未満児：419 kcal　😊😊😊

21 日 (木)　朝おやつ（未）おこめのおかし
ちゅうかあんかけやきそば
わかめスープ
さんしょくナムル
おやつ　うめごまおにぎり
以上児：590 kcal　有機率：88 %
未満児：472 kcal　😊😊😊

22 日 (金)　朝おやつ（未）おこめのおかし
ざっこくごはん
えんのみそしる
なんばんづけ(たけのこ)
なっとうあえ(ごま・あおな・のり)
おやつ　ソースせん
以上児：463 kcal　有機率：89 %
未満児：360 kcal　😊😊😊

25 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
はるさめいため
なっとうあえ(のり・あおな・じゃこ)
おやつ　ひじきあられ
以上児：448 kcal　有機率：82 %
未満児：348 kcal　😊😊😊

26 日 (火)　朝おやつ（未）おこめのおかし
キヌアごはん
キャベツのみそしる
ひじきのにもの
なっとうあえ(ごま・あおな・のり)
おやつ　オレンジゼリー
以上児：493 kcal　有機率：87 %
未満児：391 kcal　😊😊😊

27 日 (水)　朝おやつ（未）おこめのおかし
くろまめごはん(ごましお)
だいこんのみそしる
たまねぎとあつあげのにもの
ごまはるさめサラダ
おやつ　こめこのマーラーカオ
以上児：585 kcal　有機率：85 %
未満児：453 kcal　😊😊😊

28 日 (木)　朝おやつ（未）おこめのおかし
ざっこくごはん
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(わかめ・じゃこ・おろし)
おやつ　ゆかりわかめおにぎり
以上児：625 kcal　有機率：88 %
未満児：508 kcal　😊😊😊

29 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
あつあげのカレーグリル
にんじんドレッシングサラダ
おやつ　のりまきあられ
以上児：597 kcal　有機率：90 %
未満児：454 kcal　😊😊😊