令和　7　年度

# 8月 KYOUSYOKU 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

はぐみの森保育園

**平均栄養価（以上児）**

| | | | |
|---|---|---|---|
| エネルギー | 519 Kcal | | |
| たんぱく質 | 17.7 g | 脂質 | 16.3 g |
| カルシウム | 251 mg | 鉄分 | 4.4 mg |

**今月の有機率**

平均　90　%

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

ざっこくごはん(ふりかけ)
とうもろこしスープ
なすのみそいため
かいそうあえ

おやつ　ケチャップライスおにぎり
以上児：　569　kcal　有機率：　97　%
未満児：　450　kcal　😊😊😊😊

**4　日　(月)**　朝おやつ（未）おこめのおかし

キヌアごはん
なすのみそしる
はるさめのカレーいため
なっとうあえ(おろし・わかめ・じゃこ)

おやつ　のりまきあられ
以上児：　490　kcal　有機率：　84　%
未満児：　394　kcal　😊😊😊

**5　日　(火)**　朝おやつ（未）おこめのおかし

わかめごはん
とうふのみそしる
なんばんづけ
きりぼしだいこんのうめたまづけ

おやつ　やきとうもろこし
以上児：　651　kcal　有機率：　93　%
未満児：　506　kcal　😊😊😊

**6　日　(水)**　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
なつやさいとあつあげのみぞれあえ
なっとうあえ(うめ・あおな・おろし)

おやつ　オレンジゼリー
以上児：　487　kcal　有機率：　92　%
未満児：　391　kcal　😊😊😊

**7　日　(木)**　朝おやつ（未）おこめのおかし

ざっこくごはん
あずきとトマトのみそしる
かぼちゃとあつあげのにもの
なっとうあえ(きゅうり・わかめ)

おやつ　ひじきあられ
以上児：　508　kcal　有機率：　90　%
未満児：　408　kcal　😊😊😊

**8　日　(金)**　朝おやつ（未）おこめのおかし

くろまめあずきごはん(ごましお)
こしょくのみそしる
きりぼしだいこんのにもの
しらあえ

おやつ　あずきういろう　満月
以上児：　517　kcal　有機率：　86　%
未満児：　415　kcal　😊😊😊

**11　日　(月)**

山の日

**12　日　(火)**　朝おやつ（未）おこめのおかし

簡易給食

きつねどん
こしょくのみそしる

おやつ　しおせんべい
以上児：　742　kcal
未満児：　609　kcal

**13　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　あまからせん

**14　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　くろまめきなこあられ

**15　日　(金)**　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　ソースせん

**18　日　(月)**　朝おやつ（未）おこめのおかし

とうもろこしごはん
トマトとあまざけのスープ
ベジミートのからあげ
いんげんのごまあえ

おやつ　こんぶあられ
以上児：　464　kcal　有機率：　83　%
未満児：　364　kcal　😊😊😊

**19　日　(火)**　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(きりぼし・おろし・わかめ)

おやつ　バナナケーキ
以上児：　534　kcal　有機率：　87　%
未満児：　434　kcal　😊😊😊

**20　日　(水)**　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
なつやさいとあつあげのみぞれあえ
なっとうあえ(おろし・わかめ・じゃこ)

おやつ　やきとうもろこし
以上児：　558　kcal　有機率：　92　%
未満児：　448　kcal　😊😊😊

**21　日　(木)**　朝おやつ（未）おこめのおかし

わかめごはん
なすのみそしる
あげだしどうふ
きゅうりとトマトのナムル

おやつ　あずきういろう
以上児：　566　kcal　有機率：　92　%
未満児：　444　kcal　😊😊😊

**22　日　(金)**　朝おやつ（未）おこめのおかし

くろまめあずきごはん(ごましお)
こしょくのみそしる
きりぼしだいこんのにもの
しらあえ

おやつ　ひじきあられ　新月
以上児：　439　kcal　有機率：　82　%
未満児：　352　kcal　😊😊😊

**25　日　(月)**　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
あおなととうふのいためもの
なっとうあえ(キャベツ・おろし・のり)

おやつ　のりまきあられ
以上児：　442　kcal　有機率：　90　%
未満児：　356　kcal　😊😊😊

**26　日　(火)**　朝おやつ（未）おこめのおかし

ゆかりごはん
わかめスープ
なすのみそいため
もやしとトマトのナムル

おやつ　レモンむしパン
以上児：　439　kcal　有機率：　95　%
未満児：　353　kcal　😊😊😊😊

**27　日　(水)**　朝おやつ（未）おこめのおかし

キヌアごはん
あずきとトマトのみそしる
かぼちゃとあつあげのにもの
なっとうあえ(うめ・あおな・のり)

おやつ　オレンジゼリー
以上児：　497　kcal　有機率：　96　%
未満児：　399　kcal　😊😊😊😊

**28　日　(木)**　朝おやつ（未）おこめのおかし

だいずごはん(ふりかけ)
だいこんのみそしる
コーンのかきあげ
むしキャベツ

おやつ　ねじりんぼう
以上児：　474　kcal　有機率：　91　%
未満児：　381　kcal　😊😊😊

**29　日　(金)**　朝おやつ（未）おこめのおかし

パセリごはん
ポークカレー
なすのグリル
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：　624　kcal　有機率：　93　%
未満児：　490　kcal　😊😊😊