



# KYOUSYOKU



# こんだて



社会福祉法人  
**村の木清福会**  
地域の未来のためになる

はぐみの森保育園

<p>3 日 (月) 朝おやつ (未) おこめのおかし <b>イベントメニュー</b></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><b>おやつ</b> こめこのよもぎむしパン 以上児: 498 kcal 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><b>おやつ</b> 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><b>おやつ</b> 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) 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><b>おやつ</b> とうにゅうこめこむしパン 以上児: 645 kcal 有機率: 85 % 未満児: 482 kcal</p>	<p>7 日 (金) 朝おやつ (未) おこめのおかし</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><b>おやつ</b> こめこのマーラーカオ 以上児: 672 kcal 有機率: 91 % 未満児: 521 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) 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><b>おやつ</b> しおせんべい 以上児: 482 kcal 有機率: 87 % 未満児: 366 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><b>おやつ</b> ポテトチップス 以上児: 461 kcal 有機率: 92 % 未満児: 353 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><b>おやつ</b> ばくだんおにぎり 以上児: 689 kcal 有機率: 88 % 未満児: 526 kcal</p>	<p>13 日 (木) 朝おやつ (未) おこめのおかし</p> <p>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もの しらあえ</p> <p><b>おやつ</b> あずきいろいろ <b>満月</b> 以上児: 523 kcal 有機率: 87 % 未満児: 420 kcal</p>	<p>14 日 (金) 朝おやつ (未) おこめのおかし <b>年長児リクエストメニュー</b></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 むしキャベツ</p> <p><b>おやつ</b> あまからせん 以上児: 534 kcal 有機率: 87 % 未満児: 429 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><b>おやつ</b> 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><b>おやつ</b> うめクッキー 以上児: 606 kcal 有機率: 92 % 未満児: 490 kcal</p>	<p>19 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) きのこのみそしる ふるふきだいこん なっとうあえ</p> <p><b>おやつ</b> しおけんぴ 以上児: 448 kcal 有機率: 90 % 未満児: 352 kcal</p>	<p>20 日 (木) <b>春分の日</b></p>	<p>21 日 (金) 朝おやつ (未) おこめのおかし <b>年長児リクエストメニュー</b></p> <p>わかめごはん えんのみそしる くるまふのフライ さつまいものとうにゅうドレスッシングサラダ</p> <p><b>おやつ</b> メープルクッキー 以上児: 703 kcal 有機率: 86 % 未満児: 539 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><b>おやつ</b> 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><b>おやつ</b> ばくだんおにぎり 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><b>おやつ</b> こめこのあおのりむしパン 以上児: 435 kcal 有機率: 90 % 未満児: 342 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><b>おやつ</b> おこのみやき 以上児: 562 kcal 有機率: 92 % 未満児: 437 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) ごしょくのみそしる きりぼしだいこんのもの しらあえ</p> <p><b>おやつ</b> あずきいろいろ <b>新月</b> 以上児: 523 kcal 有機率: 87 % 未満児: 420 kcal</p>
<p>31 日 (月) 朝おやつ (未) おこめのおかし</p> <p>おべんとう おちゃを もってきてください</p> <p><b>おやつ</b> ねじりんぼう</p>		<p>平均栄養価 (以上児)</p> <p>エネルギー 521 kcal たんぱく質 18 g 脂質 16 g カルシウム 283 mg 鉄分 4.3 mg</p> <p>今月の有機率 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>