



# KYOUSYOKU



# こんだて



けいなん保育園

<p>平均栄養価 (以上児)</p> <p>エネルギー 581 kcal たんぱく質 19.2 g 脂質 18.2 g カルシウム 276 mg 鉄分 4.9 mg</p> <p>今月の有機率 平均 <b>88</b> %</p>	<p>1 日 (火) 朝おやつ (未) おこめのおかし</p> <p>おべんとう おちやを もってきてください</p> <p>おやつ あまからせん</p>	<p>2 日 (水) 朝おやつ (未) おこめのおかし</p> <p>おべんとう おちやを もってきてください</p> <p>おやつ ひじきあられ</p>	<p>3 日 (木) 朝おやつ (未) おこめのおかし</p> <p>きつねどん ごしょくのみそしる</p> <p>おやつ しおせんべい 以上児: 740 kcal 未満児: 607 kcal</p>	<p>4 日 (金) 朝おやつ (未) おこめのおかし</p> <p>ちゅうかあんかけごはん ごしょくのみそしる</p> <p>おやつ ねじりんぼう 以上児: 421 kcal 未満児: 339 kcal</p>
<p>7 日 (月) 朝おやつ (未) おこめのおかし</p> <p>きりぼしだいこんごはん かいそうのみそしる だいこんとだいずミートののもの なっとうあえ</p> <p>おやつ あおなおにぎり 以上児: 600 kcal 有機率: 92 % 未満児: 476 kcal</p>	<p>8 日 (火) 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 にんじんドレッシングサラダ</p> <p>おやつ なっとうみそやきおにぎり 以上児: 748 kcal 有機率: 91 % 未満児: 562 kcal</p>	<p>9 日 (水) 朝おやつ (未) おこめのおかし</p> <p>ちゅうかごはん わかめスープ ぶたにくいりきんぴらごぼう ごまはるさめサラダ</p> <p>おやつ わかめおにぎり 以上児: 707 kcal 有機率: 90 % 未満児: 538 kcal</p>	<p>10 日 (木) 朝おやつ (未) おこめのおかし</p> <p>ゆかりごはん たまねぎのみそしる あおなととうふのいためもの なっとうあえ</p> <p>おやつ キャベツごはんおにぎり 以上児: 624 kcal 有機率: 93 % 未満児: 475 kcal</p>	<p>11 日 (金) 朝おやつ (未) おこめのおかし</p> <p>キヌアごはん きせつやさいのカレー あつあげのグリル にんじんドレッシングサラダ</p> <p>おやつ こんぶあられ 以上児: 576 kcal 有機率: 84 % 未満児: 424 kcal</p>
<p>14 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) キャベツのみそしる はるさめいため あおなのいそべあえ</p> <p>おやつ のりしおおにぎり 以上児: 671 kcal 有機率: 80 % 未満児: 533 kcal</p>	<p>15 日 (火) 朝おやつ (未) おこめのおかし</p> <p>ゆかりごはん たまねぎのみそしる にくじゃがふう なっとうあえ</p> <p>おやつ カレーピラフおにぎり 以上児: 636 kcal 有機率: 83 % 未満児: 496 kcal</p>	<p>16 日 (水) 朝おやつ (未) おこめのおかし</p> <p>だいずごはん(ふりかけ) じゃがいものみそしる くるまふのフライ かいそうあえ</p> <p>おやつ ごぼうとにんじんのおにぎり 以上児: 691 kcal 有機率: 90 % 未満児: 556 kcal</p>	<p>17 日 (木) 朝おやつ (未) おこめのおかし</p> <p>あおのりごはん はるさめスープ あつあげのたまねぎみそやき なっとうあえ</p> <p>おやつ ソースせん 以上児: 480 kcal 有機率: 89 % 未満児: 367 kcal</p>	<p>18 日 (金) 朝おやつ (未) おこめのおかし</p> <p>ざっくごはん ごぼうのみそしる きりぼしだいこんのカレーに なのはなのあえもの</p> <p>おやつ ばくだんおにぎり 以上児: 650 kcal 有機率: 87 % 未満児: 507 kcal</p>
<p>21 日 (月) 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) たまねぎのみそしる ベジミートのからあげ キャベツのナムル</p> <p>おやつ あおなおにぎり 以上児: 662 kcal 有機率: 84 % 未満児: 511 kcal</p>	<p>22 日 (火) 朝おやつ (未) おこめのおかし</p> <p>きりぼしだいこんごはん かいそうのみそしる じゃがいものカレーに なっとうあえ</p> <p>おやつ だいずごはんおにぎり 以上児: 628 kcal 有機率: 93 % 未満児: 496 kcal</p>	<p>23 日 (水) 朝おやつ (未) おこめのおかし</p> <p>ちゅうかごはん わかめスープ あおなととうふのいためもの きりぼしだいこんサラダ</p> <p>おやつ なっとうみそやきおにぎり 以上児: 752 kcal 有機率: 90 % 未満児: 530 kcal</p>	<p>24 日 (木) 朝おやつ (未) おこめのおかし</p> <p>ゆかりごはん たまねぎのみそしる ぶたにくいりきんぴらごぼう なっとうあえ</p> <p>おやつ だいこんごはんおにぎり 以上児: 674 kcal 有機率: 93 % 未満児: 527 kcal</p>	<p>25 日 (金) 朝おやつ (未) おこめのおかし</p> <p>キヌアごはん(ふりかけ) きせつやさいのカレー のりたけのこ にんじんドレッシングサラダ</p> <p>おやつ のりまきあられ 以上児: 578 kcal 有機率: 85 % 未満児: 425 kcal</p>
<p>28 日 (月) 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>おやつ よもぎだんご 以上児: 505 kcal 有機率: 87 % 未満児: 405 kcal</p>	<p>29 日 (火)</p> <p style="text-align: center; font-size: 2em;">昭和の日</p>	<p>30 日 (水) 朝おやつ (未) おこめのおかし</p> <p>キヌアごはん(ふりかけ) わかめのみそしる はるさめいため ごぼうサラダ</p> <p>おやつ ちゅうかごはんおにぎり 以上児: 802 kcal 有機率: 80 % 未満児: 611 kcal</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、毎日いりがついています。 ※給食とおやつに有機番茶がつきます。</p>