令和　7　年度

KYOUSYOKU 6月のこんだて

社会福祉法人
村の木清福会
地域の未来のたねになる

森山学園

2 日 (月)	3 日 (火)	4 日 (水)	5 日 (木)	6 日 (金)
朝おやつ（未）おこめのおかし	朝おやつ（未）おこめのおかし	朝おやつ（未）おこめのおかし	朝おやつ（未）おこめのおかし	朝おやつ（未）おこめのおかし
キヌアごはん(ふりかけ) わかめスープ はるさめいため トマトとズッキーニのナムル	くろまいごはん(ふりかけ) きのこのみそしる くるまふのあまずあん なっとうあえ	ざっこくごはん キーマカレー にんじんドレッシングサラダ	うめひじきごはん トマトとあまざけのスープ なつやさいとあつあげのみぞれあえ かいそうあえ	アマランサスごはん(ふりかけ) かいそうのみそしる かぼちゃコロッケ コールスローサラダ
おやつ　ねじりんぼう	おやつ　しょうがごはんおにぎり	おやつ　わかめおにぎり	おやつ　うめひじきおにぎり	おやつ　あまからせん
以上児：　513　kcal　有機率：　75　%	以上児：　670　kcal　有機率：　84　%	以上児：　650　kcal　有機率：　93　%	以上児：　599　kcal　有機率：　92　%	以上児：　472　kcal　有機率：　86　%
未満児：　390　kcal	未満児：　542　kcal	未満児：　488　kcal	未満児：　479　kcal	未満児：　342　kcal

9 日 (月)	10 日 (火)	11 日 (水)	12 日 (木)	13 日 (金)
朝おやつ（未）おこめのおかし	朝おやつ（未）おこめのおかし	朝おやつ（未）おこめのおかし	朝おやつ（未）おこめのおかし	朝おやつ（未）おこめのおかし
キヌアごはん(ふりかけ) かいそうのみそしる きりぼしだいこんのカレーに かぼちゃクリームサラダ	うめごはん あずきとトマトのみそしる あおなととうふのいためもの なっとうあえ	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(ピーマン)	キヌアごはん(ふりかけ) たまねぎのみそしる しょうがやき なっとうあえ	アマランサスごはん(ふりかけ) オニオンスープ くるまふのフライ おまめのサラダ
おやつ　カレーピラフおにぎり	おやつ　くずもち	おやつ　ごまぜんざい　満月	おやつ　あおなおにぎり	おやつ　ソースせん
以上児：　669　kcal　有機率：　82　%	以上児：　441　kcal　有機率：　92　%	以上児：　604　kcal　有機率：　83　%	以上児：　727　kcal　有機率：　94　%	以上児：　605　kcal　有機率：　82　%
未満児：　509　kcal	未満児：　355　kcal	未満児：　485　kcal	未満児：　580　kcal	未満児：　471　kcal

16 日 (月)	17 日 (火)	18 日 (水)	19 日 (木)	20 日 (金)
朝おやつ（未）おこめのおかし	朝おやつ（未）おこめのおかし	朝おやつ（未）おこめのおかし	朝おやつ（未）おこめのおかし	朝おやつ（未）おこめのおかし
キヌアごはん(ふりかけ) わかめスープ チャプチェふう トマトときゅうりのナムル	アマランサスごはん だいずとコーンのカレー にんじんドレッシングサラダ	ごまごはん とうふのみそしる チンジャオロース なっとうあえ	とうもろこしごはん キャベツのみそしる ポークチャップ むしキャベツ	きりぼしだいこんごはん(ふりかけ) だいこんのみそしる かぼちゃコロッケ コールスローサラダ
おやつ　カレーピラフおにぎり	おやつ　きりぼしわかめおにぎり	おやつ　ひじきあられ	おやつ　うめわかめおにぎり	おやつ　しおせんべい
以上児：　641　kcal　有機率：　79　%	以上児：　596　kcal　有機率：　88　%	以上児：　457　kcal　有機率：　88　%	以上児：　752　kcal　有機率：　90　%	以上児：　525　kcal　有機率：　85　%
未満児：　505　kcal	未満児：　448　kcal	未満児：　342　kcal	未満児：　600　kcal	未満児：　405　kcal

23 日 (月)	24 日 (火)	25 日 (水)	26 日 (木)	27 日 (金)
朝おやつ（未）おこめのおかし	朝おやつ（未）おこめのおかし	朝おやつ（未）おこめのおかし	朝おやつ（未）おこめのおかし	朝おやつ（未）おこめのおかし
キヌアごはん キーマカレー にんじんドレッシングサラダ	くろまいごはん(ふりかけ) あずきとトマトのみそしる マーボーどうふ ごまはるさめサラダ	くろまめあずきごはん(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(ピーマン)	トマトごはん オニオンスープ トマトとくるまふのグリルステーキ かぼちゃクリームサラダ	うめごはん 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
おやつ　あおなおにぎり	おやつ　きりぼしわかめおにぎり	おやつ　くずもち　新月	おやつ　のりまきあられ	おやつ　こんぶあられ
以上児：　673　kcal　有機率：　93　%	以上児：　668　kcal　有機率：　84　%	以上児：　457　kcal　有機率：　93　%	以上児：　502　kcal　有機率：　90　%	以上児：　456　kcal　有機率：　91　%
未満児：　506　kcal	未満児：　521　kcal	未満児：　367　kcal	未満児：　372　kcal	未満児：　367　kcal

30 日 (月)
朝おやつ（未）おこめのおかし
キヌアごはん(ふりかけ) はるさめスープ きりぼしだいこんのカレーに なっとうあえ
おやつ　わかめおにぎり
以上児：　646　kcal　有機率：　90　%
未満児：　519　kcal

平均栄養価（以上児）

エネルギー	587 Kcal		
たんぱく質	20.4 g	脂質	17.9 g
カルシウム	283 mg	鉄分	5.2 mg

今月の有機率

平均　87　%

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。