



# の こんだて

森山学園

|   |   |   |  |   |
|---|---|---|--|---|
| <p>平均栄養価 (以上児)</p> <p>エネルギー 540 Kcal<br/>       たんぱく質 18.7 g 脂質 17.5 g<br/>       カルシウム 253 mg 鉄分 4.5 mg</p> <p>今月の有機率<br/> <b>平均 86 %</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 おちゃを<br/>       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 おちゃを<br/>       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<br/>       ごしょくのみそしる</p> <p>おやつ しおせんべい<br/>       以上児: 740 kcal 有機率: 77 %<br/>       未満児: 607 kcal 😊😊😊</p>  | <p>4 日 (金)</p> <p style="text-align: center; color: red; font-size: 2em;"><b>休園</b></p>   |
| <p>7 日 (月) 朝おやつ (未) おこめのおかし</p> <p>くろまいごはん<br/>       キーマカレー<br/>       にんじんドレッシングサラダ</p> <p>おやつ はやがえりのためおやつなし<br/>       以上児: 459 kcal 有機率: 92 %<br/>       未満児: 347 kcal 😊😊😊</p>  | <p>8 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<br/>       キャベツのみそしる<br/>       だいこんとだいずミートののもの<br/>       なっとうあえ</p> <p>おやつ のりポテト<br/>       以上児: 580 kcal 有機率: 86 %<br/>       未満児: 471 kcal</p> | <p>9 日 (水) 朝おやつ (未) おこめのおかし</p> <p>わかめごはん<br/>       たまねぎのみそしる<br/>       ぶたにくいりきんぴらごぼう<br/>       ごまはるさめサラダ</p> <p>おやつ ちゅうかごはんおにぎり<br/>       以上児: 727 kcal 有機率: 88 %<br/>       未満児: 554 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<br/>       キャベツのみそしる<br/>       あおなととうふのいためもの<br/>       なっとうあえ</p> <p>おやつ ねじりんぼう<br/>       以上児: 560 kcal 有機率: 82 %<br/>       未満児: 440 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<br/>       ひよこまめのカレー<br/>       あつあげのグリル<br/>       にんじんドレッシングサラダ</p> <p>おやつ うめわかめおにぎり<br/>       以上児: 711 kcal 有機率: 91 %<br/>       未満児: 545 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)<br/>       かいそうのみそしる<br/>       はるさめいため<br/>       あおなのいそべあえ</p> <p>おやつ こんぶあられ<br/>       以上児: 433 kcal 有機率: 80 %<br/>       未満児: 330 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<br/>       たまねぎのみそしる<br/>       にくじゃがふう<br/>       なっとうあえ</p> <p>おやつ もちもちドーナツ<br/>       以上児: 524 kcal 有機率: 85 %<br/>       未満児: 405 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)<br/>       じゃがいものみそしる<br/>       くるまふのフライ<br/>       かいそうあえ</p> <p>おやつ ごぼうとにんじんのおにぎり<br/>       以上児: 691 kcal 有機率: 90 %<br/>       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<br/>       はるさめスープ<br/>       あつあげのたまねぎみそやき<br/>       なっとうあえ</p> <p>おやつ ソースせん<br/>       以上児: 459 kcal 有機率: 88 %<br/>       未満児: 358 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<br/>       ごぼうのみそしる<br/>       きりぼしだいこんのカレーに<br/>       なのはなのあえもの</p> <p>おやつ ばくだんおにぎり<br/>       以上児: 650 kcal 有機率: 87 %<br/>       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)<br/>       たまねぎのみそしる<br/>       ベジミートのからあげ<br/>       キャベツのナムル</p> <p>おやつ くらまきなこあられ<br/>       以上児: 543 kcal 有機率: 72 %<br/>       未満児: 414 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<br/>       かいそうのみそしる<br/>       じゃがいものカレーに<br/>       なっとうあえ</p> <p>おやつ のりポテト<br/>       以上児: 489 kcal 有機率: 93 %<br/>       未満児: 384 kcal 😊😊😊</p> | <p>23 日 (水) 朝おやつ (未) おこめのおかし</p> <p>あおのりごはん<br/>       わかめスープ<br/>       あおなととうふのいためもの<br/>       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<br/>       以上児: 721 kcal 有機率: 91 %<br/>       未満児: 517 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<br/>       たまねぎのみそしる<br/>       ひじきののもの<br/>       なっとうあえ</p> <p>おやつ だいこんごはんおにぎり<br/>       以上児: 605 kcal 有機率: 90 %<br/>       未満児: 474 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)<br/>       きせつやさいのカレー<br/>       のりたけのこ<br/>       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<br/>       以上児: 561 kcal 有機率: 86 %<br/>       未満児: 412 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)<br/>       ごしょくのみそしる<br/>       きりぼしだいこんのもの<br/>       しらあえ</p> <p>おやつ よもぎだんご <span style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 2px;">新月</span><br/>       以上児: 505 kcal 有機率: 87 %<br/>       未満児: 405 kcal 😊😊😊</p> | <p>29 日 (火)</p> <p style="text-align: center; color: red; font-size: 2em;"><b>昭和の日</b></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)<br/>       わかめのみそしる<br/>       はるさめいため<br/>       ごぼうサラダ</p> <p>おやつ ちゅうかごはんおにぎり<br/>       以上児: 802 kcal 有機率: 79 %<br/>       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<br/>       😊😊😊 →80%以上95%未満使用<br/>       😊😊 →50%以上80%未満使用<br/>       😊 →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。<br/>       ※園の給食は毎日、有機しょうゆを使用しています。<br/>       ※しょうゆには有機小麦が入っています。<br/>       ※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。<br/>       ※給食には、毎日いりがついています。<br/>       ※給食とおやつに有機番茶がつきます。</p> |