



社会福祉法人 栄光会

ハッピー保育園

日	曜日	献立名	主材料名	おやつ		
				AM 未満児	PM 全園児	
1	木	おにぎり、ウインナー、漬物、豚汁、フルーツ	白米 ウインナー 大根 豚小間切れ肉、大根、人参、ごぼう、キャベツ、ぶなしめじ、糸こんに、豆腐、ネギ	スキムミルク	牛乳 おかし	
2	金	食パン、サツマイモシチュー、春雨サラダ、フルーツ	食パン 鶏肉、人参、玉葱、サツマイモ、マッシュルーム、コーン缶 春雨、キャベツ、胡瓜、カニ棒	スキムミルク	牛乳 饅頭	
3	土	ラーメン、野菜スティック、フルーツ	中華麺、豚モモ肉、人参、コーン缶、わかめ、しなちく、なると、ネギ、麩、キャベツ、人参、胡瓜	スキムミルク	牛乳 和風ケーキ	
5	月	三色丼、サツマイモサラダ、野菜スープ、フルーツ	白米 豚挽き肉、ほうれん草、卵、ツナ、マイネ、マッシュルーム、ジャパブル、キャベツ、人参、ぶなしめじ、ウインナー、ピーマン	スキムミルク	牛乳 おかし	
6	火	天ぷらうどん、中華和え、フルーツ	乾燥うどん、人参、玉葱、椎茸、ネギ、春菊、ムキエビ もやし、人参、板かまぼこ、胡瓜、わかめ	スキムミルク	牛乳 ドーナツ	
7	水	ご飯、鯖の塩焼き、ひじきの炒め煮、みそ汁、フルーツ	白米 鯖 ひじき、人参、さつま揚げ わかめ、油揚げ、豆腐	スキムミルク	牛乳 おかし	
8	木	ご飯、チキンカツ、線キャベツ、ブロッコリー、みそ汁、フルーツ	白米 鶏胸肉 キャベツ ブロッコリー えのき、ぶなしめじ、人参	スキムミルク	牛乳 芋もち	
9	金	カレーライス、福神漬け、春雨サラダ、フルーツ	白米 豚小間切れ肉、人参、玉葱、ジャガイモ 福神漬け 春雨、キャベツ、胡瓜、カニ棒	スキムミルク	牛乳 おかし	
10	土	ふりかけごはん、ほうれん草のなめ茸和え、飾りウインナー、鱈汁、フルーツ	白米、ふりかけ ほうれん草、なめ茸 ウインナー 鱈、大根、人参、えのき、ぶなしめじ、糸こんに、ネギ	スキムミルク	牛乳 お好み焼き	
12	月	ナポリタン、グリーンサラダ、スープ、フルーツ	スパゲッティ、人参、玉葱、ピーマン、マッシュルーム、ハム、キャベツ、胡瓜、水菜、ネギ、わかめ、コーン缶	スキムミルク	牛乳 おかし	
13	火	ご飯、スツコッチエッグ、線キャベツ、人参グラッセ、しじみ汁、フルーツ	白米 豚挽き肉、鶏の卵 キャベツ 人参 しじみ貝	スキムミルク	牛乳 おかし	
14	水	ご飯、大根のゆかり漬け、水餃子、フルーツ	白米 大根、ゆかり 豚挽き肉、キャベツ、ムキエビ、椎茸、春雨、ネギ、ほうれん草、餃子の皮	スキムミルク	牛乳 おかし	
15	木	混ぜご飯、秋刀魚のオープン焼き、ブロッコリー、みそ汁、フルーツ	白米、もち米、鶏肉、人参、ごぼう、椎茸 鱈 ブロッコリー 豆腐、わかめ	スキムミルク	牛乳 芋もち	
16	金	ご飯、シチュー、マカロニサラダ、フルーツ	ご飯 鶏肉、人参、玉葱、ジャガイモ、マッシュルーム、コーン缶、マカロニ、キャベツ、カニ棒、胡瓜	スキムミルク	牛乳 おかし	
17	土	<b>お遊戯会</b>				
19	月	ご飯、レハーの味噌煮、ブロッコリー、すいとん汁、フルーツ	白米 鶏レバー ブロッコリー 鶏肉、人参、ごぼう、椎茸、ネギ、すいとん粉	スキムミルク	牛乳 おかし	
20	火	ご飯、赤魚と大根の煮物、サツマイモサラダ、すまし汁、フルーツ	白米 赤魚、大根 サツマイモ、人参、玉葱、胡瓜、ハム、人参、椎茸、絹豆腐	スキムミルク	牛乳 ゴマケーキ	
21	水	焼きそば、白和え、みそ汁、フルーツ	焼きそば、人参、玉葱、キャベツ、もやし、ベーコン、ピーマン、ほうれん草、豆腐、大根、なめこ	スキムミルク	牛乳 おかし	
22	木	<b>クリスマス誕生会・忘年会</b>				
23	金	<b>天皇誕生日</b>				
24	土	ハンバーグカレー、福神漬け、ヨーグルトサラダ	白米 豚挽き肉、玉葱、人参、ジャガイモ 福神漬け、ミックス缶、ヨーグルト	スキムミルク	牛乳 おかし	
26	月	ご飯、バラ焼き、海藻サラダ、みそ汁、フルーツ	白米 豚バラ肉、玉葱 春雨、胡瓜、海藻、カニ棒、卵、ニラ	スキムミルク	牛乳 ホットケーキ	
27	火	ご飯、鮭フライ、線キャベツ、ブロッコリー、みそ汁、フルーツ	白米 鮭 キャベツ ブロッコリー 豆腐、青菜、とろろ昆布	スキムミルク	牛乳 大学芋	
28	水	エビピラフ、ウインナーサラダ、スープ、フルーツ	白米、ミックスベジタブル、エビ ウインナー、サツマイモ、胡瓜、コーン缶、人参、きくらげ、春雨、ネギ	スキムミルク	牛乳 おかし	
29	木	<b>休園日</b>				
30	金	<b>休園日</b>				
31	土	<b>休園日</b>				

満児の午前おやつは、たまご組、ひよこ組のみ。すずめ組はスキムミルクのみ。  
※乳児の献立は、月齢に応じて取り分ける。

## 簡単鉢植えサンド



- まるパンもしくはロールパン 食べたいだけ
- イチゴ、餡子、ホイップ 適量
- キウイ、ホイップ 適量
- ハム、レタス、チーズ、マヨ 適量
- バナナ、ホイップ、チョコソース 適量
- ゆで卵、レタス、マヨ 適量



1 お好きなレシピでまるパンを焼きます♪今回は280gの強力粉で16等分。



2 上の部分をパカッとできるように切ります。



3 十字に切り込みを入れます。



4 手で脇によせよせして穴を作ります！もしくはお好みでくりぬいてください！



5あとはお好きな具材をつめつめして出来上がり！