

Thyme Time Restaurant

No.13 2010/11/17 おおぞら幼稚園

干物とは、魚など魚貝類の身を開いて塩をし、長く保存ができるように乾燥させた加工食品です。干物は風通しを特に重要視しており、乾燥した空気が吹き込む冬の干物が一番おいしいとされています。身体に必要な不可欠でありながら、自らはほとんど作り出すことのできない栄養成分DHAを多量に含んでいます。(干物大百科)

| | | |
|---------------|---|---|
| 11月24日 (水) | 帆立と人参のピラフ 煮込みハンバーグ 水菜と大根のサラダ きゃべつとウィンナーの スープ バナナ | 米・玄米・帆立・人参・マッシュルーム・玉葱・エリンギ・パセリ・にんにく・塩・コショウ・白ワイン・バター・サラダオイル 合挽肉・玉葱・じゃが芋・人参・赤パプリカ・黄パプリカ・パセリ・卵・パン粉・牛乳・鶏がら・三温糖・塩・コショウ・ナツメグ・赤ワイン・ デミグラスソース・トマトケチャップ・トマトピューレ・みりん・サラダオイル 水菜・大根・りんご・レタス・ブロッコリースプラウト・玉葱・三温糖・塩・コショウ・レモン果汁・米酢・オリーブオイル きゃべつ・人参・玉葱・パセリ・ウィンナー・鶏がら・塩・コショウ・バター・サラダオイル |
| 11月25日 (木) | 肉うどん 卵焼き 赤かぶの甘酢漬け 小豆ムース | 麺・豚肉・小松菜・人参・生椎茸・長葱・昆布・鰹節・三温糖・塩・醤油・薄口醤油・酒・みりん 卵・人参・筍・ひじき・干し椎茸・青のり・昆布・鰹節・三温糖・塩・醤油・薄口醤油・酒・みりん・サラダオイル 赤かぶ・かぶ・きゅうり・大根・昆布・鰹節・三温糖・塩・米酢 こしあん・粒あん・牛乳・生クリーム・上白糖・三温糖・ゼラチン |
| 11月26日 (金) | 牛肉と蓮根の混ぜご飯 豆腐しゅうまい もやしときゅうりのナムル 海老団子とレタスのスープ りんご(陽光) | 米・玄米・牛挽肉・生姜・蓮根・人参・万能ねぎ・白ごま・三温糖・塩・醤油・酒・みりん・ごま油・サラダオイル 豆腐・豚挽肉・人参・長葱・えのき・干し椎茸・しゅうまいの皮・片栗粉・塩・三温糖・醤油・米酢 もやし・きゅうり・白菜・赤ピーマン・長葱・にんにく・白ごま・鶏がら・塩・醤油・ごま油 海老・玉葱・筍・生椎茸・長葱・レタス・卵・鶏がら・塩・コショウ・酒・みりん・薄口醤油・片栗粉 |
| 11月30日 (火) | 筍と油揚げの炊き込みご飯 チキンロールの甘辛煮 いかとにらの納豆和え ヤーコンの味噌汁 季節の果物 | 米・玄米・筍・人参・干し椎茸・万能ねぎ・油揚げ・昆布・鰹節・三温糖・塩・酒・薄口醤油・みりん 鶏肉・人参・いんげん・生姜・昆布・鰹節・三温糖・塩・コショウ・酒・醤油・みりん・サラダオイル いか・にら・もやし・納豆・昆布・鰹節・醤油・みりん ヤーコン・人参・春菊・玉葱・煮干し・昆布・鰹節・味噌 |
| 12月1日 (水) | フィッシュバーガー きのこのガーリックソテー りんごとかぶのサラダ チキンと白菜のミルクスープ 季節の果物 | バーガー用パン・鱈・レタス・玉葱・ピクルス・卵・生クリーム・マヨネーズ・三温糖・レモン果汁・オリーブオイル・薄力粉・パン粉・コ ショウ・サラダオイル 椎茸・ぶなしめじ・ブナピー・舞茸・エリンギ・玉葱・赤パプリカ・黄パプリカ・にんにく・塩・コショウ・バター・サラダオイル りんご・レタス・リーフレタス・かぶ・水菜・三温糖・塩・コショウ・米酢・レモン果汁・サラダオイル 鶏肉・白菜・人参・玉葱・パセリ・にんにく・鶏がら・塩・コショウ・牛乳・バター・サラダオイル |
| 12月2日 (木) | 中華おこわ 厚揚げと野菜の炒め物 レタスとぶのりのサラダ 卵と玉葱のスープ パインミルクカン | もち米・米・鶏肉・海老・干し椎茸・筍・人参・にんにく・生姜・長葱・鶏がら・三温糖・塩・酒・醤油・ごま油・サラダオイル 厚揚げ・白菜・椎茸・きくらげ・長葱・赤ピーマン・ターツァイ・生姜・片栗粉・三温糖・塩・コショウ・酒・醤油・ごま油・サラダオイル レタス・サニーレタス・リーフレタス・貝割れ大根・大根・ぶのり・わかめ・三温糖・醤油・米酢・ごま油 卵・玉葱・えのき・長葱・人参・白ごま・鶏がら・塩・コショウ・酒・薄口醤油・みりん パインアップル・いちご・牛乳・上白糖・寒天 |
| 12月3日 (金) | インド風スパイス チキンピラフ 豚肉のミルフィーユグラタン 春菊とレタスのベーコン ドレッシングサラダ マカロニスープ 季節の果物 | 米・玄米・鶏肉・玉葱・人参・いんげん・にんにく・生姜・塩・コショウ・クミン・カルダモン・コリアンダー・ターメリック・サラダオイル 豚肉・じゃが芋・玉葱・パセリ・卵・グラナダダーノ・薄力粉・牛乳・塩・コショウ・バター・サラダオイル 春菊・レタス・フリルレタス・サニーレタス・紫玉葱・赤ピーマン・にんにく・オリーブ・ベーコン・塩・コショウ・オリーブオイル マカロニ・玉葱・人参・セロリ・パセリ・にんにく・鶏がら・塩・コショウ・サラダオイル |
| 12月7日 (火) | 鶏肉のごま照り焼き丼 小松菜としらすの炒め煮 ささげと牛蒡の 味噌マヨネーズ和え けんちん汁 季節の果物 | 米・玄米・鶏肉・きゃべつ・人参・生姜・焼き海苔・白ごま・薄力粉・片栗粉・三温糖・塩・醤油・酒・みりん・サラダオイル 小松菜・赤ピーマン・大根・しらす干し・昆布・鰹節・三温糖・塩・醤油・みりん・サラダオイル ささげ・牛蒡・かぶ・赤パプリカ・黄パプリカ・昆布・鰹節・三温糖・塩・醤油・味噌・マヨネーズ 大根・人参・椎茸・牛蒡・長葱・里芋・こんにゃく・豆腐・昆布・鰹節・塩・酒・醤油・みりん・ごま油・サラダオイル |
| 12月8日 (水) | 根菜の五目ご飯 シシャモのフライ 焼きエリンギの 大葉ドレッシングサラダ 豚肉と大根の味噌汁 かぼちゃプリン | 米・玄米・人参・蓮根・さつまいも・牛蒡・三つ葉・こんにゃく・昆布・鰹節・三温糖・塩・酒・薄口醤油・みりん ししゃも・卵・青のり・薄力粉・パン粉・昆布・鰹節・醤油・サラダオイル エリンギ・レタス・貝割れ大根・大葉・わかめ・豆腐・三温糖・塩・コショウ・醤油・米酢・サラダ油 豚肉・大根・人参・縮みほうれん草・長葱・煮干し・昆布・鰹節・味噌・サラダオイル かぼちゃ・卵・生クリーム・牛乳・上白糖・グラニュー糖 |
| 12月9日 (木) | ホックの混ぜ寿司 筑前煮 紫芋のサラダ きのこ汁 季節の果物 | 米・玄米・ホック・大葉・きゅうり・生姜・白ごま・焼き海苔・三温糖・塩・米酢 鶏肉・人参・筍・干し椎茸・牛蒡・縮みや・こんにゃく・昆布・鰹節・三温糖・塩・酒・醤油・みりん・サラダオイル 蓮根・さつまいも・紫芋・水菜・ブロッコリースプラウト・フリルレタス・レタス・にんにく・塩・コショウ・三温糖・リンゴ酢・サラダオイル ぶなしめじ・ブナピー・舞茸・えのき・椎茸・人参・長葱・煮干し・昆布・鰹節・味噌 |
| 12月10日 (金) | 大根ご飯 ロールカツ ただききゅうりと長いもの サラダ 豆苗とさつまいもの味噌汁 季節の果物 | 米・玄米・大根・人参・万能ねぎ・しらす干し・三温糖・塩・薄口醤油・みりん 豚肉・いんげん・人参・きゃべつ・玉葱・赤パプリカ・黄パプリカ・薄力粉・パン粉・卵・塩・コショウ・ソース・トマトピューレ・サラダ オイル きゅうり・長いも・蓮根・赤ピーマン・レタス・生姜・昆布・鰹節・三温糖・醤油・みりん・米酢・ごま油 豆苗・白菜・さつまいも・長葱・煮干し・昆布・鰹節・味噌 |