

Thyme Time Restaurant

No.7 2010/7/23 おおぞら幼稚園

子ども達のクッキングでも、よくソテーを作りますが、新鮮な野菜はソテーにしてもとてもおいしく、野菜が苦手な子も食べています。軽く火が通っただけのシャキッとした歯ごたえが本当に素晴らしいですね。

8月19日 (木)	ビーフカレーピラフ ひと口海老カツ きゃべつとラディッシュの サラダ つまみ菜とかぶのスープ ミルクシャーベット	米・玄米・牛挽肉・玉葱・赤ピーマン・いんげん・マッシュルーム・塩・コショウ・カレーパウダー・ターメリック・トマトケチャップ・バター・サラダオイル 海老・人参・片栗粉・薄力粉・パン粉・酒・玉葱・ピクルス・卵・三温糖・塩・コショウ・マヨネーズ・生クリーム・レモン果汁・オリーブオイル・サラダオイル きゃべつ・紫きゃべつ・ラディッシュ・きゅうり・ミニトマト・レタス・にんにく・黒オリーブ・塩・コショウ・三温糖・米酢・オリーブオイル つまみ菜・かぶ・人参・玉葱・鶏がら・塩・コショウ・サラダオイル 牛乳・上白糖・ゼラチン
8月20日 (金)	小海老と筍のちらし寿司 牛蒡入り鶏つくね 厚揚げと小松菜の煮びたし わかめとふのりののお吸い物	米・玄米・小海老・干し椎茸・筍・ふき・人参・大葉・卵・焼き海苔・昆布・鰹節・三温糖・塩・酢・酒・醤油・みりん・サラダオイル 鶏挽肉・牛蒡・人参・玉葱・万能ねぎ・生姜・卵・片栗粉・三温糖・塩・酒・醤油・みりん・サラダオイル 厚揚げ・小松菜・ブナビー・赤ピーマン・昆布・鰹節・三温糖・塩・酒・薄口醤油・みりん わかめ・ふのり・三つ葉・えのき・干し椎茸・昆布・鰹節・塩・酒・薄口醤油・みりん
季節の果物		
8月23日 (月)	鶏挽肉とピーマンの白みそ炒飯 かぼちゃと豚肉の甘辛煮	米・玄米・鶏挽肉・ゴーヤ・玉葱・人参・ピーマン・赤ピーマン・長葱・生姜・にんにく・白みそ・酒・塩・コショウ・みりん・ごま油・サラダオイル 豚肉・かぼちゃ・いんげん・ふなしめじ・赤パプリカ・卵・片栗粉・鶏がら・三温糖・塩・コショウ・酒・醤油・ごま油・サラダオイル
自然探索A	大豆もやしと春雨のサラダ チンゲン菜と椎茸のスープ	春雨・大豆もやし・大根・赤ピーマン・きゅうり・長葱・生姜・白ごま・三温糖・塩・醤油・米酢 チンゲン菜・椎茸・人参・わかめ・鶏がら・塩・コショウ・酒・薄口醤油・みりん
季節の果物		
8月24日 (火)	五穀米ピラフ チーズ入りメンチカツ ほうれん草ときゃべつ きのこドレッシングサラダ 冬瓜のスープ	米・玄米・赤米・麦・きび・玉葱・人参・牛蒡・とうもろこし・フロッコリースプラウト・パセリ・鶏がら・塩・コショウ・白ワイン・バター・サラダオイル 合挽肉・玉葱・チーズ・卵・薄力粉・パン粉・牛乳・塩・コショウ・ナツメグ・トマトケチャップ・ソース・サラダオイル ほうれん草・きゃべつ・赤パプリカ・フリルレタス・にんにく・ふなしめじ・椎茸・エリンギ・塩・コショウ・オリーブオイル 冬瓜・人参・玉葱・パセリ・ベーコン・鶏がら・塩・コショウ・白ワイン
季節の果物		
8月25日 (水)	三色丼 ズッキーニの味噌チーズ焼き	米・玄米・鶏挽肉・生姜・小松菜・人参・卵・三温糖・塩・醤油・酒・みりん・サラダオイル ズッキーニ・赤ピーマン・玉葱・チーズ・三温糖・塩・コショウ・酒・みりん・味噌・サラダオイル
自然探索C	水菜といかのマヨネーズ和え さつま芋の味噌汁	いか・水菜・赤パプリカ・牛蒡・ハム・昆布・鰹節・三温糖・塩・醤油・マヨネーズ さつま芋・玉葱・こんにゃく・豆腐・長葱・煮干し・昆布・鰹節・味噌
季節の果物		
8月26日 (木)	冷やしラーメン 海老しゅうまい 白菜とゴーヤのチャンプル ごまプリン	麺・豚肉・長葱・生姜・人参・もやし・きゅうり・ミニトマト・卵・鶏がら・三温糖・塩・酒・醤油・みりん・米酢・ごま油・サラダオイル 海老・豚挽肉・玉葱・筍・干し椎茸・長葱・生姜・しゅうまいの皮・塩・コショウ・酒・醤油・米酢・ごま油 ゴーヤ・白菜・にら・人参・ベーコン・豆腐・鰹節・鶏がら・塩・酒・薄口醤油・ごま油・サラダオイル 黒練りごま・牛乳・生クリーム・三温糖・ゼラチン
8月27日 (金)	きのこのピラフ チキンナゲット セロリとパプリカのサラダ とうもろこしとオクラの ミルクスープ	米・玄米・椎茸・ふなしめじ・エリンギ・ブナビー・玉葱・赤ピーマン・ピーマン・人参・パセリ・ベーコン・ローリエ・塩・コショウ・白ワイン・バター・サラダオイル 鶏肉・玉葱・薄力粉・パン粉・卵・三温糖・塩・コショウ・酒・トマトケチャップ・ソース・バター・オリーブオイル・サラダオイル セロリ・きゅうり・かぶ・大根・赤パプリカ・黄パプリカ・白練りごま・マヨネーズ・塩・コショウ・三温糖 とうもろこし・人参・オクラ・玉葱・パセリ・牛乳・鶏がら・塩・コショウ・サラダオイル
季節の果物		
8月30日 (月)	豚肉と小松菜の炒飯 高野豆腐となすのチリソース	米・玄米・豚肉・小松菜・筍・椎茸・赤ピーマン・長葱・生姜・塩・コショウ・酒・醤油・ごま油・サラダオイル 高野豆腐・なす・赤パプリカ・黄パプリカ・ピーマン・玉葱・長葱・生姜・にんにく・片栗粉・鶏がら・三温糖・塩・コショウ・酒・醤油・みりん・トマトケチャップ・豆板 醤・ごま油・サラダオイル
自然探索A	白菜といんげんのサラダ モロヘイヤと春雨のスープ	白菜・いんげん・きゅうり・ミニトマト・ハム・白ごま・三温糖・塩・米酢・醤油・ごま油 モロヘイヤ・干し椎茸・人参・春雨・鶏がら・塩・コショウ・酒・薄口醤油・みりん
季節の果物		
8月31日 (火)	舞茸入りハヤシライス ブロッコリーのフライ	米・玄米・牛肉・玉葱・人参・舞茸・ふなしめじ・いんげん・にんにく・薄力粉・鶏がら・塩・コショウ・赤ワイン・デミグラスソース・ダイストマト・ローリエ・バター・ サラダオイル ブロッコリー・卵・薄力粉・パン粉・塩・コショウ・サラダオイル
自然探索B	きゃべつとコールスローサラダ 牛乳	きゃべつ・きゅうり・赤ピーマン・とうもろこし・ハム・三温糖・塩・コショウ・米酢・レモン果汁・サラダオイル 牛乳
季節の果物		
9月1日 (水)	しらすと鮭のちらし寿司 かぼちゃと鶏肉の天ぷら	米・玄米・鮭・しらす干し・大葉・きゅうり・小松菜・卵・焼き海苔・昆布・三温糖・塩・米酢・サラダオイル かぼちゃ・ピーマン・牛蒡・鶏肉・昆布・鰹節・薄力粉・卵・醤油・みりん・サラダオイル
自然探索C	芽ひじきとほうれん草の白和え 筍と麩のお吸い物	ほうれん草・芽ひじき・人参・干し椎茸・きゅうり・こんにゃく・豆腐・三温糖・酒・みりん・醤油・味噌・白練りごま 人参・干し椎茸・筍・長葱・麩・昆布・鰹節・塩・酒・薄口醤油・みりん
季節の果物		
9月2日 (木)	シーフードスパゲティ ホークソテー パイナップルソース シーザーサラダ ズッキーニのトマトスープ ぶどうとカシスのゼリー	スパゲティ・海老・いか・帆立・玉葱・赤ピーマン・バジル・パセリ・にんにく・塩・コショウ・バター・オリーブオイル 豚肉・パイナップル・薄力粉・コーンスターチ・塩・コショウ・ガーリックパウダー・醤油・白ワイン・バター・サラダオイル パケット・ベーコン・レタス・サニーレタス・リーフレタス・きゅうり・ミニトマト・にんにく・アンチョビ・グラナパダーノ・三温糖・塩・コショウ・米酢・サラダ オイル ズッキーニ・玉葱・人参・にんにく・パセリ・ウィンナー・ダイストマト・鶏がら・グラナパダーノ・三温糖・塩・コショウ・バター・サラダオイル ぶどうとカシスの100%ジュース・ゼラチン・生クリーム・三温糖
9月3日 (金)	鶏の五目ご飯 納豆かき揚げ 春菊と小松菜のごま和え 大根となすの味噌汁	米・玄米・鶏肉・大豆・筍・糸こんにゃく・人参・干し椎茸・万能ねぎ・昆布・鰹節・三温糖・塩・酒・醤油・みりん・サラダオイル 納豆・玉葱・三つ葉・大葉・赤ピーマン・大根・薄力粉・片栗粉・昆布・鰹節・酒・醤油・みりん・サラダオイル 春菊・小松菜・人参・ブナビー・椎茸・白ごま・三温糖・薄口醤油・みりん 大根・長葱・貝割れ大根・なす・煮干し・昆布・鰹節・味噌
季節の果物		