



Thyme Time Restaurant

No.10 2015/10/9 おおぞら幼稚園

皆さんご存知の通り、おおぞら幼稚園のランチ（給食）は、メニューが700種類以上です。その一つ一つの料理にも、できるだけ多くの食材を使うよう考えています。調理スタッフが一部交代しました。新人二人は、調理師や栄養士ではなく、幼稚園教諭・保育士の資格を持っているお母さんです。調理の仕事はきついです。でもやりがいがあります。

10月13日	スッキーニの炒飯	米・玄米・ベーコン・スッキーニ・黄スッキーニ・玉葱・筍・椎茸・人参・長葱・鶏がら・薄口醤油・塩・コショウ・ごま油・サラダオイル
(火)	チキン南蛮	鶏肉・長葱・生姜・セロリ・玉葱・赤ピーマン・ブロッコリースプラウト・昆布・鰹節・豆板醤・白ごま・薄力粉・片栗粉・レモン果汁・米酢・三温糖・みりん・醤油・塩・コショウ・ごま油・サラダオイル
自然探索	わかめとトマトのサラダ	わかめ・トマト・ミニトマト・黄パプリカ・スナップえんどう・きゅうり・かぶ・米酢・三温糖・醤油・ごま油
年少	春雨と空芯菜のスープ	春雨・空芯菜・人参・玉葱・長葱・鶏がら・みりん・酒・薄口醤油・塩・コショウ
	柿	
10月14日	牛丼	米・玄米・牛肉・玉葱・白菜・人参・舞茸・長葱・生姜・昆布・鰹節・米酢・三温糖・みりん・酒・醤油
(水)	根菜の塩きんぴら	豚挽肉・牛蒡・蓮根・大根・人参・黒こんにゃく・さやいんげん・白ごま・三温糖・みりん・酒・醤油・塩・コショウ・黒コショウ・ごま油・サラダオイル
自然探索	丘ひじきと小松菜の白和え	丘ひじき・小松菜・人参・干椎茸・白滝・きゅうり・木綿豆腐・白練りごま・味噌・三温糖・みりん・酒・醤油
年中	オクラと玉葱の味噌汁	オクラ・玉葱・人参・長葱・煮干し・昆布・鰹節・味噌
	富士	
10月15日	えびの豆乳ドリア	米・玄米・えび・マッシュルーム・長芋・人参・玉葱・パセリ・バター・グラナダノー・ミックステーズ・豆乳・味噌・昆布茶・薄力粉・パプリカ・酒・塩・コショウ・サラダオイル
(木)	ボークンテー野菜ソース	豚肉・なす・玉葱・ミニトマト・にんにく・黒オリーブ・ガーリックパウダー・薄力粉・酒・醤油・塩・コショウ・オリーブオイル
自然探索	ピーツとブロッコリーのサラダ	ピーツ・かぶ・ブロッコリー・レタス・いんげん・人参・赤パプリカ・玉葱・米酢・三温糖・塩・コショウ・サラダオイル
年長	ケールとさやいんげんのスープ	ケール・さやいんげん・人参・玉葱・にんにく・鶏がら・塩・コショウ・サラダオイル
	キャンベル	
10月16日	醤油ラーメン	麺・チンゲン菜・もやし・人参・長葱・焼き海苔・鶏がら・豚骨・にんにく・生姜・昆布・煮干し・みりん・酒・醤油・塩・コショウ・サラダオイル
(金)	酢鶏	鶏肉・卵・じゃが芋・ペコロス・人参・干椎茸・ケール・牛蒡・ピーマン・赤ピーマン・鶏がら・トマトケチャップ・片栗粉・米酢・三温糖・酒・醤油・塩・コショウ・ごま油・サラダオイル
	大根とレタスのサラダ	大根・レタス・サニーレタス・トマト・ミニトマト・貝割れ大根・大葉・米酢・三温糖・醤油・塩・コショウ・ごま油
	マラーカオ	卵・薄力粉・黒ごま・ベーキングパウダー・三温糖・生クリーム・サラダオイル
10月19日	五目混ぜご飯	米・玄米・人参・牛蒡・干椎茸・舞茸・ぶなしめじ・三つ葉・昆布・鰹節・三温糖・みりん・醤油・酒・塩
(月)	長芋とこんにゃくの味噌煮	長芋・こんにゃく・大根・豚肉・人参・万能葱・昆布・鰹節・味噌・三温糖・みりん・酒・醤油・サラダオイル
自然探索	塩もみきゃべつのしらす和え	きゃべつ・しらす干し・赤ピーマン・かぶ・昆布・鰹節・薄口醤油・塩
年少	麩とほうれん草のお吸い物	麩・ほうれん草・えのき・人参・昆布・鰹節・みりん・酒・薄口醤油・塩
	季節の果物	
10月20日	エリンギのガーリックライス	米・玄米・エリンギ・ウインナーソーセージ・小松菜・人参・玉葱・にんにく・パセリ・バター・醤油・塩・コショウ・サラダオイル
(火)	ビーフクロック	きたあかり・牛挽肉・玉葱・人参・卵・バター・薄力粉・パン粉・トマトケチャップ・ソース・塩・コショウ・サラダオイル
自然探索	ペビーリーフとピーツのサラダ	ペビーリーフ・ピーツ・トマト・レタス・フリルレタス・水菜・きゅうり・にんにく・レモン果汁・米酢・三温糖・塩・コショウ・オリーブオイル
年中	ケールと豆苗のスープ	ケール・豆苗・玉葱・人参・黄パプリカ・パセリ・バター・鶏がら・塩・コショウ・サラダオイル
	季節の果物	
10月21日	豚肉と蓮根の混ぜご飯	米・玄米・豚肉・蓮根・人参・白滝・干椎茸・生姜・万能葱・三温糖・みりん・酒・醤油・塩・サラダオイル
(水)	ラム肉とケールの炒め物	ラム肉・ケール・牛蒡・人参・玉葱・生姜・片栗粉・豆板醤・白ごま・三温糖・酒・醤油・塩・コショウ・ごま油・サラダオイル
自然探索	大根ときゅうりのナムル	大根・きゅうり・人参・もやし・赤パプリカ・長葱・にんにく・鶏がら・白ごま・塩・醤油・ごま油
年長	たまご茸と椎茸のスープ	たまご茸・椎茸・玉葱・人参・長葱・鶏がら・みりん・酒・塩・コショウ
	季節の果物	
10月22日	ひじきと青菜の梅ご飯	米・玄米・ひじき・小松菜・大根菜・人参・梅干し・焼き海苔・わかめ・塩
(木)	たらの南蛮漬け	たら・玉葱・赤ピーマン・ピーマン・薄力粉・昆布・鰹節・三温糖・醤油・みりん・米酢・豆板醤・レモン果汁・塩・コショウ・サラダオイル
	紫きゃべつとレタスの玉葱ドレッシングサラダ	水菜・レタス・紫きゃべつ・玉葱・きゅうり・トマト・ミニトマト・昆布・鰹節・米酢・三温糖・みりん・醤油
	ささげとなすの味噌汁	ささげ・なす・玉葱・長葱・煮干し・昆布・鰹節・味噌
	季節の果物	
10月23日	ポテトサラダロールサンド	パン・じゃが芋・人参・きゅうり・玉葱・レタス・マヨネーズ・三温糖・塩・コショウ
(金)	ロマネスコとパプリカのガーリックソテー	ロマネスコ・カリフラワー・ブロッコリー・赤パプリカ・黄パプリカ・ピーマン・にんにく・鶏がら・塩・コショウ・サラダオイル
	サラダ菜とコーンのサラダ	サラダ菜・コーン・レタス・サニーレタス・トマト・水菜・レモン果汁・米酢・三温糖・塩・コショウ・オリーブオイル
	ミネストローネ	鶏肉・マカロニ・じゃが芋・玉葱・人参・きゃべつ・セロリ・パセリ・にんにく・ダイストマト・グラナダノー・バター・鶏がら・三温糖・塩・コショウ・オリーブオイル
	ヨーグルトゼリー	ヨーグルト・牛乳・上白糖・ゼラチン