

Thyme Time Restaurant

No.13 2015/11/19 おおぞら幼稚園

2週間ごとにメニューをお知らせしています。メニューの原案はタイムタイムレストランのスタッフ(栄養士)が考えます。彼女は間もなく産休に入るので、現在のスタッフ(調理師)と引き継ぎ中です。メニュー作りはすでに700以上の実績がありますが、常に新しい料理をいれようと考えていますから、なかなか大変です。食材の産地を調べたり、安全の確認をしたり、仕入れ先をチェックしたりしています。自然農法の伊藤さん(農enファーム)の生産物は基本的に全部買う!ことにしています。野菜の大きさや形が揃って、調理に手間がかかりますが、安心でおいしいです。メニューの原案ができると、事務長(調理師・フードコーディネーター)が、献立としてのバランスや食材の種類、調理方法等チェックして、最後に園長がコメントを書きます。これはたいした仕事ではないですね。

11月24日 (火)	牛肉と牛蒡のしぐれ煮の混ぜご飯 ヤーコンと人参のかき揚げ ささげのごま味噌和え 豆苗とじゃが芋の味噌汁 おけさ柿	米・玄米・牛肉・牛蒡・人参・生姜・万能葱・昆布・鰹節・三温糖・酒・醤油・塩 ヤーコン・玉葱・人参・三つ葉・ちりめんじゃこ・卵・薄力粉・片栗粉・昆布・鰹節・塩・醤油・みりん・サラダオイル ささげ・玉葱・赤パプリカ・きゅうり・ブナビー・白ごま・三温糖・酒・醤油・みりん・味噌 豆苗・じゃが芋・玉葱・人参・長葱・煮干し・昆布・鰹節・味噌
11月25日 (水)	シーフードバリエーション風ライス チキンのマスタードフライ ポテト添え 紫きょうべつとりんごのサラダ つまみ菜とかぶのスープ 新興梨	米・玄米・えび・いか・帆立・玉葱・黄パプリカ・赤パプリカ・ピーマン・にんにく・パセリ・ダイストマト・鶏がら・塩・コショウ・サフラン・ターメリック・白ワイン・オリーブオイル 鶏肉・じゃが芋・卵・薄力粉・パン粉・粒マスタード・グラナパダーノ・パセリ・塩・コショウ・サラダオイル 紫きょうべつ・りんご・きゅうり・リーフレタス・レタス・トマト・しゅうまいの皮・三温糖・塩・コショウ・米酢・レモン果汁・サラダオイル つまみ菜・かぶ・ケール・人参・えのき・玉葱・鶏がら・塩・コショウ・サラダオイル
11月26日 (木)	坦々麺 えびと卵の中華炒め きゅうりとかぶの生姜風味和え 富士(りんご)	麺・豚挽肉・ターツアイ・小松菜・赤ピーマン・長葱・にんにく・生姜・鶏がら・豚骨・白ごま・白練りごま・味噌・八丁味噌・豆板醤・塩・コショウ・醤油・ごま油・サラダオイル えび・卵・きくらげ・ふなしめじ・ブナビー・ケール・長葱・豆苗・万能葱・鶏がら・片栗粉・塩・酒・醤油・薄口醤油・みりん・サラダオイル きゅうり・かぶ・人参・トマト・生姜・塩・コショウ・酒・薄口醤油・ごま油・サラダオイル
11月27日 (金)	照り焼きバーガー 根菜のラタトゥイユ 白菜とハムのサラダ コーンと玄米のスープ ぶどうゼリー	パン・合挽肉・玉葱・レタス・卵・牛乳・片栗粉・パン粉・マヨネーズ・塩・コショウ・ナツメグ・三温糖・酒・醤油・みりん・サラダオイル トマト・玉葱・セロリ・赤パプリカ・黄パプリカ・エリンギ・ズッキーニ・なす・牛蒡・ピーツ・にんにく・ダイストマト・塩・コショウ・ローズマリー・ローリエ・白ワイン・オリーブオイル きゅうり・白菜・ベービーケール・赤ピーマン・紫きょうべつ・レタス・玉葱・ハム・三温糖・塩・コショウ・米酢・レモン果汁・サラダオイル 玄米・コーン・玉葱・人参・パセリ・にんにく・鶏がら・塩・コショウ・オリーブオイル ぶどう100%ジュース・ゼラチン・三温糖
12月1日 (火)	みそかつ丼 大根のえびあんかけ 牛蒡サラダ 干し海苔と玉葱の味噌汁 季節の果物	米・玄米・豚肉・人参・きょうべつ・卵・薄力粉・パン粉・焼き海苔・塩・コショウ・三温糖・酒・みりん・味噌・八丁味噌・ごま油・サラダオイル えび・大根・人参・万能葱・生姜・片栗粉・鶏がら・塩・酒・みりん・薄口醤油 牛蒡・玉葱・赤ピーマン・水菜・きゅうり・レタス・サニーレタス・マヨネーズ・白ごま・黒ごま・三温糖・塩・醤油・みりん 玉葱・干し海苔・人参・長葱・煮干し・昆布・鰹節・味噌
12月2日 (水)	卵とユリ根の炒飯 揚げしゅうまい 春雨ときゅうりのサラダ もずくと大根のスープ 季節の果物	米・玄米・卵・ユリ根・赤ピーマン・小松菜・玉葱・長葱・生姜・塩・コショウ・酒・醤油・ごま油・サラダオイル 豚挽肉・玉葱・牛蒡・長葱・生姜・干し椎茸・しゅうまいの皮・塩・コショウ・酒・醤油・米酢・ごま油・サラダオイル 春雨・大根・きゅうり・きくらげ・サニーレタス・レタス・三温糖・塩・コショウ・米酢・薄口醤油・ごま油 もずく・人参・エリンギ・大根・鶏がら・塩・コショウ・酒・薄口醤油・みりん
12月3日 (木)	かやくご飯 豆腐ステーキ きのごソース いかと蓮根の梅ドレッシングサラダ さつま芋のミルク味噌汁 季節の果物	米・玄米・もち米・鶏肉・人参・こんにゃく・牛蒡・三つ葉・ひじき・干しぶどう・干し椎茸・昆布・鰹節・三温糖・塩・酒・醤油・みりん 木綿豆腐・ふなしめじ・人参・えのき・舞茸・万能葱・焼き海苔・片栗粉・バター・三温糖・塩・コショウ・酒・醤油・みりん・サラダオイル いか・蓮根・水菜・赤パプリカ・きゅうり・梅干し・三温糖・みりん・米酢・サラダオイル さつま芋・玉葱・人参・長葱・白菜・かぼちゃ・貝割れ大根・煮干し・昆布・鰹節・味噌・牛乳
12月4日 (金)	砂肝とエリンギのガーリックライス ミートボール カリフラワーと枝豆のサラダ きょうべつとしめじのスープ 梨のコンポートとジュレ	米・玄米・砂肝・赤ピーマン・エリンギ・人参・玉葱・にんにく・パセリ・塩・コショウ・醤油・バター・サラダオイル 合挽肉・人参・玉葱・パセリ・グラナパダーノ・薄力粉・パン粉・卵・トマトケチャップ・牛乳・塩・コショウ・三温糖・醤油・赤ワイン・バター・サラダオイル カリフラワー・枝豆・きゅうり・レタス・赤パプリカ・トマト・玉葱・塩・コショウ・レモン果汁・米酢・三温糖・オリーブオイル きょうべつ・ふなしめじ・人参・玉葱・鶏がら・塩・コショウ・サラダオイル 梨・ゼラチン・上白糖・白ワイン・レモン果汁