

# Thyme Time Restaurant

No.17 2016/2/12 おおぞら幼稚園

アフリカで人類が生れて40万年、ユーラシア大陸から小さな島日本に小さな草の船で日本人の祖先が渡って来てから3万8千年。生きるために食べる、食べ物を得るために未知の地を求めて、命がけで海を渡ったのでしょうか。脳が発達した人間は知恵と勇気で食べ物を際限なく手に入れられるようになりました。しかし今、人口は膨大に増え、食料が一部で不足して、将来の心配をしなければなりません。「成長」をより多く、より豊かにと解釈するといずれ滅びます。多くの人が食べることを楽しんでます。食べるために生きている時代です。それならば、食べ物についてもっと考えましょう。安全やおいしさ、料理の方法について、もっと考えましょう。

2月16日	えびといかの中華おこわ	もち米・米・えび・いか・帆立・干椎茸・牛蒡・人参・にんにく・生姜・長葱・鶏がら・三温糖・醤油・酒・塩・ごま油・サラダオイル
(火)	レハニラ炒め	豚レバー・にら・人参・筍・椎茸・もやし・玉葱・生姜・にんにく・醤油・酒・片栗粉・塩・コショウ・三温糖・米酢・ごま油・サラダオイル
	白菜のナムル	白菜・人参・きゅうり・大根・きくらげ・三温糖・鶏がら・薄口醤油・塩・コショウ・白ごま・ごま油
	わかめと葱のスープ	わかめ・チンゲン菜・長葱・冬瓜・人参・鶏がら・塩・コショウ・酒・みりん
	八朔	
2月17日	ウィンナーと空芯菜のカレーピラフ	米・玄米・ウィンナー・玉葱・赤ピーマン・空芯菜・パセリ・塩・コショウ・カレー粉・トマトケチャップ・ターメリック・バター・サラダオイル
(水)	米粉グラタン	鶏肉・マカロニ・玉葱・マッシュルーム・ブロッコリー・パセリ・白ワイン・鶏がら・塩・コショウ・バター・米粉・牛乳・グラナパダーノ・サラダオイル
	サラダ菜とコーンのサラダ	サラダ菜・赤パプリカ・コーン・トマト・リーフレタス・セロリ・きゅうり・黒オリーブ・にんにく・塩・コショウ・レモン果汁・米酢・三温糖・オリーブオイル
	小松菜とブナピーのスープ	小松菜・玉葱・人参・ブナピー・にんにく・鶏がら・塩・コショウ・サラダオイル
	伊予柑	
2月18日	筍ご飯	米・玄米・人参・筍・干椎茸・舞茸・ふなしめじ・油揚げ・三つ葉・昆布・鰹節・三温糖・塩・醤油・酒・みりん
(木)	蓮根のメンチカツ	合挽肉・蓮根・玉葱・塩・コショウ・ナツメグ・牛乳・パン粉・卵・薄力粉・トマトケチャップ・ソース・サラダオイル
	水菜と大根のサラダ	水菜・大根・ミニトマト・きゃべつ・人参・きゅうり・レタス・大葉・米酢・三温糖・塩・レモン果汁・醤油
	なすとかぶの味噌汁	なす・かぶ・人参・小松菜・煮干し・昆布・鰹節・味噌
	玉林(りんご)	
2月19日	ソフトフランスパン	
(金)	ほうれん草のキッシュ	ほうれん草・玉葱・ベーコン・卵・生クリーム・グラナパダーノ・塩・コショウ・ナツメグ・バター・サラダオイル
	トマトと紅くるりのサラダ	紅くるり・トマト・水菜・きゅうり・フリルレタス・サニーレタス・にんにく・塩・コショウ・レモン果汁・米酢・三温糖・オリーブオイル
	ビーフシチュー	牛肉・じゃが芋・人参・玉葱・にんにく・ブロッコリー・塩・コショウ・赤ワイン・ダイストマト・デミグラスソース・バター・サラダオイル
	ヨーグルトババロア	ヨーグルト・生クリーム・牛乳・上白糖・ゼラチン
2月23日	さつま芋ご飯	米・玄米・さつま芋・人参・蓮根・油揚げ・三つ葉・黒ごま・昆布・鰹節・薄口醤油・塩・酒・みりん
(火)	豚肉のソテー きのこバターソース	豚肉・塩・コショウ・ガーリックパウダー・薄力粉・パセリ・ふなしめじ・えのき・舞茸・人参・三温糖・白ワイン・醤油・みりん・バター・サラダオイル
	切干大根のサラダ	切干大根・人参・赤ピーマン・きゅうり・トマト・レタス・米酢・醤油・三温糖・サラダオイル
	白菜と浅葱の豆乳味噌汁	白菜・人参・椎茸・浅葱・玉葱・煮干し・昆布・鰹節・味噌・豆乳
	季節の果物	
2月24日	ビビンバ炒飯	米・玄米・牛肉・人参・ふなしめじ・にんにく・きゅうり・大豆もやし・塩・コショウ・三温糖・醤油・みりん・豆板醤・八丁味噌・味噌・白ごま・ごま油・サラダオイル
(水)	バリバリ棒餃子	豚挽肉・えび・きゃべつ・にら・大葉・椎茸・餃子の皮・醤油・塩・コショウ・薄力粉・片栗粉・米酢・鶏がら・ごま油・サラダオイル
	海藻とトマトのサラダ	大根・わかめ・ふのり・レタス・水菜・トマト・白ごま・三温糖・塩・米酢・醤油・ごま油
	卵と空芯菜のスープ	卵・空芯菜・人参・えのき・長葱・鶏がら・塩・コショウ・酒・みりん
	季節の果物	
2月25日	マッシュルームと人参のバターライス	米・玄米・ベーコン・人参・玉葱・マッシュルーム・ピーマン・赤ピーマン・パセリ・塩・コショウ・醤油・バター・サラダオイル
(木)	チキンのマスタードマヨネーズ焼き	鶏肉・パセリ・塩・コショウ・粒マスタード・マヨネーズ・三温糖・薄力粉
	スバゲティサラダ	スバゲティ・ブロッコリー・ミニトマト・きゅうり・セロリ・レタス・玉葱・塩・コショウ・三温糖・レモン果汁・米酢・オリーブオイル
	オニオンスープ	玉葱・人参・にんにく・パセリ・塩・コショウ・バター・グラナパダーノ・鶏がら・サラダオイル
	季節の果物	
2月26日	かしわうどん	種・鶏肉・人参・椎茸・ほうれん草・長葱・昆布・鰹節・塩・薄口醤油・醤油・みりん
(金)	納豆かき揚げ	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・みりん・醤油・サラダオイル
	春菊とブナピーのしらす和え	水菜・小松菜・春菊・ブナピー・人参・えのき・しらす干し・昆布・鰹節・薄口醤油・塩
	桜餅	道明寺粉・桜の葉・こしあん・上白糖・紫蘇ジュース