



# Thyme Time Restaurant

No.7 2015/7/16

おおぞら幼稚園

日本人は魚をよく食べますが、日本と同じように小さな島国で、日本人よりたくさん魚を食べている国が4つあります。中でもインド洋のリゾート地として知られるモルディブは食用魚介類の供給量が381g（一人一日当たり）ですが、日本は155gです。それでも魚は日本人のタンパク源を支える大事な食料です。もっと海を大切に。まもなく海の日です。

8月24日 (月) 自然探索A	卵と鶏そぼろのご飯 豚肉の生姜焼き 春菊とほうれん草のごま和え さつまいもと玉葱の味噌汁 季節の果物	米・玄米・鶏肉・玉葱・人参・生姜・万能葱・鰹節・三温糖・みりん・酒・醤油・塩・サラダオイル 豚肉・生姜・赤ピーマン・玉葱・きゃべつ・みりん・酒・醤油・塩・コショウ・サラダオイル 春菊・ほうれん草・赤ピーマン・ブナビー・椎茸・白ごま・三温糖・みりん・薄口醤油 さつまいも・玉葱・人参・長葱・煮干し・昆布・鰹節・味噌
8月25日 (火) 自然探索B	スイートコーンとチキンのガーリックピラフ ハンバーグ デミグラスソース サラダ菜とさやいんげんのサラダ もやしと小松菜のスープ 季節の果物	米・玄米・鶏肉・スイートコーン・きゃべつ・玉葱・赤ピーマン・にんにく・パセリ・バター・醤油・塩・コショウ・オリーブオイル 合挽肉・玉葱・卵・デミグラスソース・ダイストマト・トマトケチャップ・牛乳・赤ワイン・バター・ナツメグ・パン粉・塩・コショウ・サラダオイル サラダ菜・さやいんげん・大根・トマト・フリルレタス・レタス・レモン果汁・米酢・三温糖・塩・コショウ・オリーブオイル もやし・小松菜・人参・玉葱・にんにく・鶏がら・バター・塩・コショウ・サラダオイル
8月26日 (水) 自然探索C	中華丼 鶏肉となすの甘味噌炒め 豆腐とトマトのサラダ 卵とさやいんげんのスープ 季節の果物	米・玄米・えび・いか・豚肉・ターツァイ・人参・葱・きくらげ・白菜・スナップえんどう・生姜・鶏がら・焼き海苔・白ごま・片栗粉・三温糖・酒・醤油・塩・コショウ・ごま油・サラダオイル 鶏肉・なす・玉葱・ピーマン・黄パプリカ・赤パプリカ・ふなしめじ・ブナビー・にんにく・生姜・大葉・味噌・豆板醤・三温糖・みりん・酒・醤油・塩・サラダオイル 木綿豆腐・トマト・レタス・サニーレタス・わかめ・貝割れ大根・白ごま・米酢・三温糖・醤油・ごま油 卵・さやいんげん・人参・えのき・長葱・鶏がら・酒・みりん・塩・コショウ
8月27日 (木) 自然探索C	冷麦 牛蒡のピリ辛煮 小松菜とブナビーの干しのり和え 季節の果物	種・きゅうり・わかめ・ミニトマト・長葱・卵・焼き海苔・昆布・鰹節・みりん・酒・薄口醤油・醤油・塩・サラダオイル 牛肉・牛蒡・人参・こんにゃく・ピーマン・なす・さやいんげん・豆板醤・三温糖・みりん・酒・醤油・ごま油・サラダオイル 小松菜・ブナビー・人参・えのき・干しのり・昆布・鰹節・みりん・醤油
8月28日 (金) 自然探索C	ピッツァ マルゲリータ ハーブ塩鶏から揚げ サラダほうれん草とパプリカのサラダ 水菜と人参のスープ カルピスマルクゼリー	強力粉・薄力粉・玉葱・にんにく・バジル・牛乳・ビザ用チーズ・ダイストマト・ローリエ・トマトケチャップ・ドライイースト・塩・サラダオイル・オリーブオイル 鶏肉・卵・にんにく・バジル・オレガノ・ローズマリー・パセリ・タイム・薄力粉・片栗粉・酒・塩・コショウ・オリーブオイル・サラダオイル サラダほうれん草・黄パプリカ・レタス・トマト・ミニトマト・サニーレタス・ヘビーリーフ・レモン果汁・米酢・三温糖・塩・コショウ・オリーブオイル 水菜・人参・玉葱・きゃべつ・パセリ・にんにく・鶏がら・塩・コショウ・サラダオイル カルピス・牛乳・レモン果汁・ゼラチン
8月31日 (月) 親子遠足年少	ガーリック味噌炒飯 豚挽肉と牛蒡の卵焼き モロヘイヤと春雨のサラダ エリンギと貝割れ大根のスープ 季節の果物	米・玄米・ベーコン・玉葱・人参・小松菜・にら・長葱・生姜・にんにく・味噌・みりん・酒・塩・コショウ・オリーブオイル 豚挽肉・牛蒡・人参・万能葱・卵・三温糖・みりん・酒・醤油・塩・ごま油 モロヘイヤ・春雨・大根・ミニトマト・トマト・きゅうり・長葱・生姜・白ごま・米酢・三温糖・醤油・塩 エリンギ・貝割れ大根・チンゲン菜・ブナビー・鶏がら・みりん・酒・薄口醤油・塩・コショウ
9月1日 (火) 親子遠足年中	きじ焼き丼 きたあかりとスイートコーンの炒め煮 さやいんげんの味噌マヨネーズ和え とろろ昆布と舞茸のお吸い物 季節の果物	米・玄米・鶏肉・きゃべつ・人参・三つ葉・焼き海苔・白ごま・片栗粉・三温糖・みりん・酒・醤油・塩・コショウ・サラダオイル きたあかり・スイートコーン・ふなしめじ・人参・椎茸・こんにゃく・万能葱・昆布・鰹節・三温糖・みりん・酒・醤油・サラダオイル さやいんげん・玉葱・赤パプリカ・きゅうり・フリルレタス・レタス・マヨネーズ・三温糖・味噌・醤油・塩 とろろ昆布・舞茸・人参・長葱・昆布・鰹節・みりん・酒・薄口醤油・塩
9月2日 (水) 親子遠足年長	枝豆とスイートコーンのスパイスライス シーフードグラタン ピーマンとサニーレタスのサラダ 人参とかぶのスープ 季節の果物	米・玄米・豚肉・枝豆・スイートコーン・玉葱・生椎茸・黄パプリカ・赤パプリカ・バター・カレー粉・パプリカ・ターメリック・塩・ブラックペッパー・コショウ・サラダオイル いか・えび・帆立・玉葱・人参・マカロニ・パセリ・牛乳・バター・生クリーム・グラナダノー・パン粉・薄力粉・塩・コショウ・サラダオイル ピーマン・赤ピーマン・きゅうり・トマト・レタス・サニーレタス・玉葱・リンゴ酢・レモン果汁・三温糖・塩・コショウ・サラダオイル 人参・かぶ・貝割れ大根・黄パプリカ・玉葱・パセリ・鶏がら・バター・塩・コショウ・サラダオイル
9月3日 (木) 自然探索C	ごまだれ冷やし中華 回鍋肉 コリンキーとかぶの甘酢漬け 季節の果物	種・鶏肉・長葱・きゅうり・もやし・ミニトマト・鶏がら・生姜・焼き海苔・白練りごま・白ごま・米酢・三温糖・みりん・醤油・薄口醤油・酒・塩・コショウ・ごま油 豚肉・きゃべつ・赤ピーマン・きくらげ・ピーマン・長葱・豆板醤・八丁味噌・味噌・三温糖・酒・醤油・ごま油・サラダオイル コリンキー・かぶ・赤パプリカ・オクラ・きざみ昆布・米酢・三温糖・薄口醤油・塩
9月4日 (金) 自然探索C	牛肉の炊き込みご飯 大葉と甘味噌のミルフィーユカツ ゴーヤと豆腐のサラダ スナップえんどうとわかめの味噌汁 オレンジシャーベット	米・玄米・牛肉・人参・舞茸・牛蒡・絹さや・昆布・鰹節・醤油・酒・みりん・塩 豚肉・大葉・卵・パン粉・小麦粉・味噌・みりん・サラダオイル ゴーヤ・木綿豆腐・赤パプリカ・玉葱・きゅうり・サニーレタス・鰹節・米酢・三温糖・みりん・醤油 スナップえんどう・わかめ・玉葱・人参・煮干し・昆布・鰹節・味噌 オレンジジュース・上白糖・ゼラチン

