

Thyme Time Restaurant

No.10 2016.9/9/28 おおぞら幼稚園

子ども達が栽培している秋野菜は、じゃが芋、人参、かぼちゃ、さつまいもなどがあります。もうほとんど収穫を終えました。根菜類は保存がききますので、当分の間クッキングで使います。いろいろな料理方法があると思いますが、子ども達が作る料理には、本当に感心することがあります。教師のリードの仕方にもよりますが、年長組になると子ども達からもアイデアが出されて、とてもおいしいものができます。

10月3日	さつまいもご飯	米・玄米・さつまいも・人参・ぶなしめじ・油揚げ・三つ葉・小松菜・黒ごま・昆布・鰹節・塩・薄口醤油
(月)	大根の味噌バター炒め	豚肉・大根・玉葱・ピーマン・人参・生姜・昆布・鰹節・塩・コショウ・酒・みりん・醤油・味噌・バター・サラダオイル
年少	ほうれん草と人参の磯のり和え	ほうれん草・ブナピー・人参・えのき・玉葱・大葉・干しのり・昆布・鰹節・みりん・醤油
自然探索	麩と春菊の味噌汁	春菊・玉葱・麩・人参・長葱・万能葱・煮干し・昆布・鰹節・味噌
	柿	
10月4日	しらすとわかめの炒飯	米・玄米・しらす干し・わかめ・人参・長葱・えのき・エリンギ・チンゲン菜・万能葱・塩・コショウ・薄口醤油・ごま油・サラダオイル
(火)	しゅうまい	豚挽肉・玉葱・筍・椎茸・長葱・生姜・しゅうまいの皮・塩・酒・醤油・米酢・ごま油
年中	小松菜ときゃべつの中華サラダ	小松菜・きゃべつ・赤パプリカ・きゅうり・白菜・きくらげ・塩・コショウ・三温糖・米酢・醤油・白ごま・ごま油
自然探索	もずくとターツァイのスープ	もずく・ターツァイ・人参・玉葱・長葱・鶏がら・塩・コショウ・酒・薄口醤油・みりん
	あかね(りんご)	
10月5日	きのこピラフ	米・玄米・ベーコン・玉葱・人参・ぶなしめじ・ブナピー・エリンギ・パセリ・白ワイン・ローリエ・バター・塩・コショウ・サラダオイル
(水)	チキンのバジルマリネ焼き	鶏肉・玉葱・赤パプリカ・黄パプリカ・いんげん・バジル・ダイストマト・白ワイン・塩・コショウ・ガーリックパウダー・オレガノ・オリーブオイル
年長	ブロッコリーといかのサラダ	いか・ブロッコリー・きゅうり・レタス・サニーレタス・フリルレタス・にんにく・黒オリーブ・塩・コショウ・三温糖・レモン果汁・米酢・オリーブオイル
自然探索	押麦入り野菜スープ	麦・大根・じゃが芋・人参・パセリ・鶏がら・塩・コショウ・サラダオイル
	梨	
10月7日	挽肉とケールの生姜風味混ぜご飯	米・玄米・豚挽肉・ケール・人参・筍・椎茸・生姜・塩・コショウ・みりん・醤油・白ごま・ごま油・サラダオイル
(金)	なすのチーズフライ	なす・スライスチーズ・ハム・卵・薄力粉・パン粉・サラダオイル
	コリンキーとセロリの酢の物	セロリ・コリンキー・人参・大根・きゅうり・昆布・鰹節・塩・三温糖・米酢・薄口醤油
	丘ひじきとかぶの味噌汁	丘ひじき・かぶ・人参・長葱・油揚げ・煮干し・昆布・鰹節・味噌
	キャンベル	
10月11日	砂肝とエリンギのガーリックライス	米・玄米・砂肝・玉葱・人参・エリンギ・赤ピーマン・パセリ・にんにく・バター・塩・コショウ・醤油・サラダオイル
(火)	ボークソテー 野菜ソース	豚肉・なす・玉葱・ミニトマト・ズッキーニ・ブナピー・にんにく・黒オリーブ・薄力粉・塩・コショウ・ガーリックパウダー・酒・醤油・オリーブオイル
年少	梨とペペリーフのサラダ	梨・ペペリーフ・赤パプリカ・きゅうり・レタス・人参・水菜・塩・コショウ・三温糖・レモン果汁・米酢・サラダオイル
自然探索	水菜と豆苗のスープ	水菜・豆苗・玉葱・人参・じゃが芋・にんにく・鶏がら・塩・コショウ・サラダオイル
	季節の果物	
10月12日	えび卵とし丼	米・玄米・えび・玉葱・椎茸・長葱・三つ葉・焼き海苔・昆布・鰹節・塩・三温糖・醤油・卵・薄力粉・サラダオイル
(水)	豚肉とこんにゃくのうま煮	豚肉・こんにゃく・ぶなしめじ・人参・小松菜・蓮根・万能葱・昆布・鰹節・味噌・三温糖・酒・醤油・みりん・サラダオイル
年中	長芋とたたききゅうりのサラダ	きゅうり・長芋・株なめこ・赤ピーマン・レタス・オクラ・生姜・昆布・鰹節・三温糖・醤油・みりん・米酢・ごま油
自然探索	なすとゴーヤの味噌汁	なす・ゴーヤ・玉葱・人参・ケール・塩・煮干し・昆布・鰹節・味噌
	季節の果物	
10月13日	牛肉とクレソンの混ぜご飯	米・玄米・牛挽肉・クレソン・牛蒡・人参・ブナピー・生姜・白ごま・塩・酒・醤油・三温糖・みりん・サラダオイル
(木)	鶏から揚げ ねぎソース	鶏肉・生姜・にんにく・長葱・卵・薄力粉・片栗粉・塩・コショウ・三温糖・酒・醤油・米酢・鶏がら・ごま油・サラダオイル
年長	レタスとヤーコンのサラダ	レタス・サニーレタス・ヤーコン・トマト・ミニトマト・水菜・きゅうり・塩・コショウ・三温糖・醤油・米酢・ごま油
自然探索	大豆もやしとにらのスープ	大豆もやし・にら・玉葱・人参・長葱・鶏がら・塩・コショウ・酒・みりん・薄口醤油
	季節の果物	
10月14日	フィッシュバーガー	パン・鰹・卵・薄力粉・パン粉・レタス・玉葱・きゅうり・米酢・三温糖・塩・薄口醤油・マヨネーズ・生クリーム・レモン果汁・オリーブオイル・コショウ・サラダオイル
(金)	ウイナーとケールのソテー	ウイナー・玉葱・人参・ケール・赤パプリカ・黄パプリカ・エリンギ・にんにく・パセリ・塩・コショウ・アンチョビ・オリーブオイル
	白菜とコーンのサラダ	白菜・きゅうり・コーン・赤ピーマン・紫きゅうり・レタス・玉葱・塩・コショウ・三温糖・米酢・レモン果汁・サラダオイル
	ホルシチ	豚肉・ピーツ・玉葱・人参・じゃが芋・きゃべつ・トマト・にんにく・パセリ・鶏がら・塩・コショウ・黒コショウ・トマトビュレ・ヨーグルト・生クリーム・オリーブオイル
	りんご寒天ゼリー	りんご100%ジュース・レモン果汁・上白糖・棒寒天