

Thyme Time Restaurant

No.11 2017/10/12 おおぞら幼稚園

月日	メニュー	食 材	食 器
10月16日	ひじきと鯖の雑穀ご飯	米・玄米・もち玄米・きび・黒米・大麦・青玄米・あわ・ひえ・とうもろこし・大豆・えんどう・もち麦・鯖・大根・人参・小松菜・万能葱・生姜・ひじき・昆布・鰹節・塩・三温糖・みりん・薄口醤油	和食系セット
(月)	蓮根入りつくね	鶏挽肉・蓮根・牛蒡・玉葱・万能葱・生姜・卵・青のり・片栗粉・塩・三温糖・酒・みりん・醤油・サラダオイル	★ご飯茶碗
年少自然探索	紫玉葱とレタスのサラダ	紫玉葱・水菜・レタス・ブロッコリー・トマト・ミニトマト・玉葱・昆布・鰹節・三温糖・みりん・米酢・醤油	★味噌汁椀
	ふのりと麩の味噌汁	ふのり・麩・玉葱・人参・長葱・貝割れ大根・煮干し・昆布・鰹節・味噌	★小皿…3枚
	ナイヤガラ(ぶどう)		
10月17日	にらと玉葱のバター醤油ご飯	米・玄米・玉葱・にら・赤ピーマン・ふなしめじ・もやし・長葱・にんにく・鶏がら・塩・コショウ・バター・醤油・サラダオイル	中華系セット
(火)	蒸し鶏のマヨごまだれ	鶏肉・玉葱・人参・黒きゃべつ・長葱・生姜・白ごま・マヨネーズ・豆板醤・塩・コショウ・酒・醤油	★主食皿
年中自然探索	水菜とトマトのサラダ	水菜・トマト・レタス・きゅうり・赤ピーマン・黄かぶ・ケール(コラード)・鶏がら・三温糖・米酢・醤油	★スープカップ
	白菜とわかめのスープ	白菜・玉葱・人参・じゃが芋・チンゲン菜・わかめ・鶏がら・塩・コショウ・サラダオイル	★小皿…3枚
	柿		
10月18日	ウインナーとカラーピーマンのピラフ	米・玄米・ウインナーソーセージ・玉葱・人参・カラーピーマン・ブナピー・黒きゃべつ・パセリ・鶏がら・塩・コショウ・バター・サラダオイル	洋食系セット
(水)	ミートローフ	豚挽肉・玉葱・人参・ほうれん草・ケール(カーリー)・卵・チーズ・牛乳・パン粉・塩・コショウ・バター・赤ワイン・ナツメグ・オレガノ・トマトケチャップ・ソース・三温糖	★主食皿
年長自然探索	マカロニと梨のコールスローサラダ	マカロニ・梨・ハム・きゅうり・白菜・レタス・人参・塩・コショウ・三温糖・米酢・レモン果汁・サラダオイル	★スープカップ
	冬瓜と豆苗のスープ	冬瓜・玉葱・人参・豆苗・黄パプリカ・ケール(ロシアンレッド)・パセリ・鶏がら・塩・コショウ・白ワイン	★小皿…3枚
	キュートりんご		
10月19日	えびのちらし寿司	米・玄米・えび・人参・大葉・きゅうり・ケール(コラード)・卵・焼き海苔・塩・三温糖・酒・米酢・サラダオイル	
(木)	札幌黄の豚肉巻きフライ	豚肉・玉葱(札幌黄)・かぼちゃ・大根・卵・薄力粉・パン粉・昆布・鰹節・塩・コショウ・酒・みりん・薄口醤油・サラダオイル	★和食系セット
	ヤーコンと豆腐のサラダ	ヤーコン・木綿豆腐・人参・きゅうり・赤ピーマン・レタス・昆布・鰹節・三温糖・米酢・みりん・醤油	
	丘ひじきと春菊のお吸い物	春菊・丘ひじき・椎茸・人参・長葱・三つ葉・昆布・鰹節・塩・酒・みりん・薄口醤油	
	早生ふじりんご		
10月20日	煮豚と椎茸の炒飯	米・玄米・豚肉・牛蒡・長葱・椎茸・ピーマン・赤パプリカ・黄パプリカ・生姜・白ごま・塩・コショウ・酒・みりん・三温糖・醤油・サラダオイル	
(金)	厚揚げといかの八宝炒め	木綿豆腐・いか・きゃべつ・エリンギ・きくらげ・玉葱・人参・長葱・ケール(コラード)・生姜・片栗粉・鶏がら・塩・コショウ・酒・みりん・薄口醤油・サラダオイル	★中華系セット
	大豆もやしと春雨のサラダ	春雨・大豆もやし・かぼちゃ・赤かぶ・リーフレタス・ミニトマト・きゅうり・長葱・生姜・白ごま・三温糖・米酢・醤油	
	もずくと小松菜のスープ	玉葱・人参・小松菜・大根・えのき・もずく・卵・鶏がら・塩・コショウ・酒・みりん・薄口醤油	
	スイートポテトバー	さつまいも・牛乳・バター・卵・三温糖	

月日	メニュー	食材	食器
10月23日	人参とコーンのピラフ	米・玄米・コーン・玉葱・人参・エリンギ・枝豆・パセリ・バター・塩・コショウ・サラダオイル	★洋食系セット
(月)	豚肉のポテトロールフライ	豚肉・じゃが芋・人参・パセリ・パルメザンチーズ・薄力粉・卵・マヨネーズ・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	
年少自然探索	手作りカッテージチーズとベビーリーフのサラダ	レタス・きゅうり・ブロッコリースプラウト・ベビーリーフ・水菜・トマト・ミニトマト・にんにく・牛乳・塩・コショウ・三温糖・レモン果汁・米酢・グレープシードオイル	
	鶏肉とえのきのスープ	鶏肉・玉葱・人参・えのき・赤パプリカ・黄パプリカ・鶏がら・塩・コショウ・サラダオイル	
	季節の果物		
10月24日	豚肉と油揚げの炊き込みご飯	米・玄米・豚肉・人参・椎茸・三つ葉・ひじき・油揚げ・こんにゃく・昆布・鰹節・塩・酒・みりん・薄口醤油	★和食系セット
(火)	鶏肉とじゃが芋の味噌炒め	鶏肉・じゃが芋・玉葱・きゃべつ・エリンギ・赤ピーマン・生姜・バター・片栗粉・昆布・鰹節・三温糖・酒・みりん・醤油・味噌・サラダオイル	
年中自然探索	焼き蓮根のサラダ	蓮根・レタス・玉葱・きゅうり・赤パプリカ・ケール・水菜・わかめ・塩・コショウ・三温糖・米酢・醤油・サラダオイル	
	白舞茸と貝割れ大根の豆乳味噌汁	白舞茸・貝割れ大根・玉葱・人参・ブナピー・大根・ケール・長葱・豆乳・煮干し・昆布・鰹節・味噌	
	季節の果物		
10月25日	もやしとチンゲン菜の炒飯	米・玄米・豚肉・もやし・チンゲン菜・玉葱・人参・長葱・赤パプリカ・にんにく・生姜・塩・コショウ・酒・醤油・サラダオイル	★中華系セット
(水)	たららの酢豚風	たら・玉葱・人参・じゃが芋・ピーマン・赤ピーマン・干し椎茸・万能葱・卵・片栗粉・鶏がら・塩・コショウ・三温糖・酒・米酢・醤油・トマトケチャップ・ごま油・サラダオイル	
年長自然探索	ささみと黒きゃべつのサラダ	ささみ・レタス・サニーレタス・きゅうり・黒きゃべつ・赤ピーマン・水菜・三温糖・米酢・醤油・白ごま・ごま油	
	玉葱とターツァイのジンジャースープ	玉葱・人参・ターツァイ・長葱・もずく・生姜・鶏がら・塩・コショウ・酒・みりん・薄口醤油・サラダオイル	
	季節の果物		
10月26日	ベーコンとマッシュルームのバターライス	米・玄米・ベーコン・玉葱・人参・マッシュルーム・ピーマン・赤ピーマン・パセリ・バター・鶏がら・塩・コショウ・醤油・サラダオイル	★洋食系セット
(木)	パンパキングラタン	鶏肉・かぼちゃ・玉葱・人参・ブナピー・パセリ・パルメザンチーズ・薄力粉・牛乳・バター・生クリーム・パン粉・塩・コショウ・サラダオイル	
	ブロッコリーとケールのサラダ	ブロッコリー・大根・ケール・レタス・フリルレタス・トマト・水菜・玉葱・塩・コショウ・三温糖・レモン果汁・米酢・オリーブオイル	
	小松菜とパプリカのスープ	小松菜・玉葱・人参・赤パプリカ・黄パプリカ・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27日	京風親子うどん	麺・鶏肉・人参・椎茸・小松菜・ケール・長葱・卵・昆布・鰹節・塩・酒・みりん・薄口醤油・醤油	★丼 ★小皿3枚
(金)	根菜のきんぴら	豚挽肉・牛蒡・さつまいも・蓮根・人参・じゃが芋・ささげ・昆布・鰹節・塩・三温糖・酒・みりん・醤油・白ごま・ごま油・サラダオイル	
	柿と雪景色のサラダ	柿・玉葱(雪景色)・ほうれん草・水菜・きゅうり・かぶ・枝豆・塩・コショウ・三温糖・味噌・マヨネーズ	
	抹茶まんじゅう	抹茶・薄力粉・ベーキングパウダー・三温糖・こしあん	

先日お知らせした玉葱(雪景色)は、スライスして水にさらすとそのまま生で食べられますが、少し辛みのあるものもありますので、子ども達はクッキングの時に「根菜のきんぴら」に混ぜたり、「バター醤油炒め」にして食べました。甘みがあり、とても美味しかったです。