

# Thyme Time Restaurant

No.8 2017/8/30 おおぞら幼稚園

月日	メニュー	食 材	食 器
9月4日 (月) 年少親子遠足	豚から揚げごままぶし丼	米・玄米・豚肉・きゃべつ・人参・焼き海苔・白ごま・黒ごま・薄力粉・片栗粉・塩・酒・みりん・醤油・三温糖・サラダオイル	
	筑前煮	鶏肉・人参・筍・牛蒡・さつまいも・枝豆・こんにゃく・万能葱・干し椎茸・昆布・鰹節・酒・みりん・醤油・薄口醤油・三温糖・サラダオイル	★丼
	白菜となすの浅漬け	白菜・なす・きゅうり・人参・塩・昆布	★味噌汁椀
	小松菜と玉葱の味噌汁	玉葱・小松菜・人参・じゃが芋・長葱・昆布・鰹節・煮干し・味噌	★小皿…3枚
	スイカ		
9月5日 (火) 年中親子遠足	鶏肉とケールのガーリック炒飯	米・玄米・鶏肉・玉葱・人参・小松菜・にら・ケール・長葱・生姜・にんにく・塩・コショウ・酒・みりん・味噌・オリーブオイル	中華系セット
	肉団子の中華煮	豚挽肉・白菜・人参・ふなしめじ・ケール・チンゲン菜・長葱・万能葱・生姜・春雨・卵・片栗粉・鶏がら・塩・コショウ・酒・醤油・三温糖・ごま油・サラダオイル	★主食皿
	いんげんとわかめのサラダ	いんげん・わかめ・もやし・人参・レタス・サニーレタス・トマト・水菜・塩・醤油・三温糖・黒酢・ごま油・白ごま	★スープカップ
	モロヘイヤとえのきのスープ	モロヘイヤ・えのき・玉葱・人参・じゃが芋・小松菜・長葱・鶏がら・塩・コショウ・酒・みりん・薄口醤油	★小皿…3枚
	幸水梨		
9月6日 (水) 年長親子遠足	ウインナーとエリンギのバターライス	米・玄米・ウインナーソーセージ・エリンギ・玉葱・人参・小松菜・パセリ・にんにく・バター・塩・コショウ・醤油・サラダオイル	洋食系セット
	マカロニグラタン	鶏肉・玉葱・人参・ブナビー・パセリ・マカロニ・薄力粉・牛乳・生クリーム・バター・パルメザンチーズ・パン粉・塩・コショウ・三温糖・サラダオイル	★主食皿
	オクラとレタスのサラダ	オクラ・トマト・フリルレタス・サニーレタス・きゅうり・ケール・赤パプリカ・黄パプリカ・塩・コショウ・レモン果汁・米酢・三温糖・グレープシードオイル・サラダオイル	★スープカップ
	カリフラワーとスプラウトのスープ	カリフラワー・きゃべつ・玉葱・人参・小松菜・大根・ブロッコリースプラウト・紫きゃべつスプラウト・にんにく・鶏がら・塩・コショウ・サラダオイル	★小皿…3枚
	らいてんクラウンメロン		
9月7日 (木) 年少親子遠足	炒り卵と黒きゃべつの麦入りご飯	米・玄米・麦・ケール(黒きゃべつ)・大根菜・小松菜・人参・万能葱・卵・焼き海苔・鰹節・塩・醤油・三温糖・サラダオイル	和食系セット
	ロールカツ	豚肉・いんげん・人参・卵・薄力粉・パン粉・塩・コショウ・ソース・トマトケチャップ・サラダオイル	★ご飯茶碗
	納豆と三つ葉の和え物	納豆・三つ葉・ほうれん草・小松菜・長芋・赤ピーマン・大葉・昆布・鰹節・酒・みりん・醤油・薄口醤油	★味噌汁椀
	さつまいものミルク味噌汁	さつまいも・玉葱・人参・じゃが芋・ズッキーニ・ケール・長葱・貝割れ大根・昆布・鰹節・煮干し・牛乳・味噌	★小皿…3枚
	とうもろこし		
9月8日 (金) 年少親子遠足	牛肉とサラダほうれん草の混ぜご飯	米・玄米・牛挽肉・サラダほうれん草・牛蒡・人参・ケール・生姜・白ごま・塩・酒・みりん・醤油・三温糖・サラダオイル	中華系セット
	羽根つき棒餃子	豚挽肉・えび・白菜・にら・椎茸・大葉・餃子の皮・薄力粉・片栗粉・鶏がら・塩・コショウ・米酢・醤油・ごま油・サラダオイル	★主食皿
	大豆もやしと人参のサラダ	大豆もやし・人参・きゅうり・大根・塩・コショウ・三温糖・黒酢・醤油・白ごま・ごま油	★スープカップ
	きくらげと葱のスープ	玉葱・人参・チンゲン菜・きくらげ・長葱・鶏がら・塩・コショウ・酒・みりん・薄口醤油	★小皿…2枚
	黒ごまプリン	黒練りごま・三温糖・牛乳・生クリーム・ゼラチン	※プリンは園のココットで作ります

月日	メニュー	食 材	食 器
9月11日  (月)  年少自然探索	えびとセロリのピラフ	米・玄米・えび・いか・玉葱・人参・セロリ・エリンギ・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
	チキンのバジルマリネ焼き	鶏肉・玉葱・なす・赤パプリカ・黄パプリカ・ダイストマト・白ワイン・ガーリックパウダー・バジル・オレガノ・塩・コショウ・オリーブオイル	
	カリカリ豚肉サラダ	豚肉・水菜・きゅうり・レタス・サニーレタス・ミニトマト・塩・コショウ・レモン果汁・米酢・三温糖・オリーブオイル・サラダオイル	
	ほうれん草と卵のスープ	ほうれん草・玉葱・人参・フナピー・じゃが芋・にんにく・卵・鶏がら・塩・コショウ・バター・サラダオイル	
	季節の果物		
9月12日  (火)  年中自然探索	枝豆と油揚げの炊き込みご飯	米・玄米・人参・椎茸・油揚げ・枝豆・こんにゃく・万能葱・ひじき・黒ごま・昆布・鰹節・塩・酒・みりん・薄口醤油	★和食系セット
	帆立とコーンのかき揚げ	帆立・とうもろこし・玉葱・人参・長葱・ケール・干しえび・卵・薄力粉・片栗粉・昆布・鰹節・みりん・薄口醤油・塩・サラダオイル	
	トマトときゅうりの香味ドレッシングサラダ	トマト・ミニトマト・きゅうり・かぶ・水菜・大根・紫玉葱・大葉・生姜・塩・コショウ・レモン果汁・米酢・三温糖・醤油	
	干し海苔とじゃが芋の味噌汁	玉葱・人参・じゃが芋・小松菜・万能葱・干し海苔・昆布・鰹節・煮干し・味噌	
	季節の果物		
9月13日  (水)  年長自然探索	切干大根と豚肉の炒飯	米・玄米・豚挽肉・玉葱・人参・椎茸・切干大根・いんげん・生姜・塩・コショウ・酒・醤油・サラダオイル	★中華系セット
	いかと冬瓜の煮物	いか・冬瓜・人参・大根・こんにゃく・万能葱・生姜・昆布・酒・みりん・醤油・三温糖・味噌	
	ふのりと豆腐のサラダ	木綿豆腐・トマト・ミニトマト・ケール・貝割れ大根・ふのり・わかめ・三温糖・米酢・醤油・ごま油	
	にらと春雨のスープ	にら・玉葱・人参・椎茸・長葱・春雨・鶏がら・塩・コショウ・酒・みりん・薄口醤油	
	季節の果物		
9月14日  (木)	モッツアレラチーズのフレッシュトマトソースパスタ	スパゲティ・玉葱・人参・トマト・セロリ・パセリ・バジル・にんにく・モッツアレラチーズ・ダイストマト・ローリエ・オレガノ・塩・コショウ・三温糖・バター・トマトケチャップ・オリーブオイル	★洋食系セット
	ビーフコロッケ	牛挽肉・じゃが芋・玉葱・人参・卵・薄力粉・パン粉・バター・ソース・トマトケチャップ・塩・コショウ・サラダオイル	
	きゃべつとズッキーニのイタリアンサラダ	きゃべつ・きゅうり・ズッキーニ・黄パプリカ・サニーレタス・フリルレタス・とうもろこし・ミニトマト・黒オリーブ・塩・コショウ・三温糖・米酢・オリーブオイル	
	ケールと蓮根のスープ	ケール・玉葱・人参・蓮根・エリンギ・パセリ・鶏がら・バター・塩・コショウ・サラダオイル	
	季節の果物		
9月15日  (金)	巻き寿司	米・玄米・人参・きゅうり・干し椎茸・かんぴょう・卵・昆布・鰹節・塩・米酢・三温糖・酒・みりん・醤油・薄口醤油・焼き海苔・白ごま	★味噌汁椀  ★小皿…3枚  ※ゼリーは園のココットで作ります
	豚肉とモロッコいんげんの味噌炒め	豚挽肉・モロッコいんげん・玉葱・ズッキーニ・赤パプリカ・生姜・こんにゃく・片栗粉・昆布・鰹節・酒・みりん・醤油・味噌・サラダオイル	
	大根とパプリカのしそ風味漬け	大根・白菜・人参・黄パプリカ・大葉・昆布・塩	
	鶏そうめん	鶏肉・人参・長葱・素麺・昆布・鰹節・酒・みりん・薄口醤油・塩	
	りんご寒天ゼリー	りんご・りんご100%ジュース・レモン果汁・上白糖・寒天	

おおぞらファームの野菜が収穫時期に入りました。組同士で譲り合って、いろいろなクッキングをしています。苗を植え、種をまき、毎日世話をした野菜は子ども達には特別のものです。嫌いな野菜も、自分で育てると、食べてみようという気になります。収穫したばかりの野菜は、どれも甘みがありおいしいです。我慢して少しでも食べてみようというのは、むしろ逆効果です。小さなプランターでも、これからでも野菜は育てられます。野菜好きになる方法はひとつだけです。