

# Thyme Time Restaurant

No.9 2017/9/14 おおぞら幼稚園

月日	メニュー	食 材	食 器
9月19日	牛肉とクレソンのピラフ	米・玄米・牛肉・クレソン・玉葱・人参・エリンギ・いんげん・マッシュルーム・バター・鶏がら・塩・コショウ・サラダオイル	洋食系セット
(火)	ハンバーグ デミグラスソース	合挽肉・玉葱・人参・卵・パン粉・牛乳・デミグラスソース・ダイストマト・トマトケチャップ・赤ワイン・バター・ナツメグ・塩・コショウ・サラダオイル	★主食皿
年中お弁当	えびと玉葱のマリネ	えび・玉葱・赤ピーマン・きゅうり・水菜・レモン・塩・コショウ・三温糖・レモン果汁・米酢・オリーブオイル・サラダオイル	★スープカップ
	冬瓜とスプラウトのスープ	冬瓜・玉葱・人参・大根・ブロッコリースプラウト・紫きゃべつスプラウト・鶏がら・塩・コショウ・白ワイン・サラダオイル	★小皿…3枚
	パートレット (洋梨)		
9月20日	きじ焼き丼	米・玄米・鶏肉・きゃべつ・人参・小松菜・チンゲン菜・にら・生姜・卵・焼き海苔・塩・コショウ・味噌・酒・みりん・三温糖・醤油・白ごま・サラダオイル	
(水)	じゃが芋とブロッコリーの炒め煮	じゃが芋(さやあかね)・ブロッコリー・いなしめじ・人参・椎茸・こんにゃく・コーン・万能葱・昆布・鰹節・酒・みりん・三温糖・醤油・サラダオイル	★丼
年長お弁当	コリンキーと黄かぶの浅漬け	コリンキー・きゅうり・白菜・オクラ・人参・黄かぶ・塩・昆布	★味噌汁椀
	しのりと白舞茸のお吸い物	白舞茸・三つ葉・大根・人参・しのり・昆布・鰹節・塩・酒・みりん・薄口醤油	★小皿…3枚
	サン津軽(りんご)		
9月21日	鮭と長葱の炒飯	米・玄米・鮭・玉葱・長葱・黒きゃべつ・生姜・にんにく・白ごま・塩・コショウ・サラダオイル	中華系セット
(木)	黒酢の酢豚	豚肉・玉葱・人参・椎茸・筍・ピーマン・赤ピーマン・黄パプリカ・ケール・卵・塩・コショウ・酒・三温糖・醤油・トマトケチャップ・黒酢・米酢・片栗粉・ごま油・サラダオイル	★主食皿
年少お弁当	水菜とトマトのごまドレッシングサラダ	水菜・トマト・きゅうり・赤パプリカ・レタス・サニーレタス・醤油・米酢・三温糖・白ごま・ごま油	★スープカップ
	白菜と豆苗のスープ	玉葱・人参・白菜・チンゲン菜・とうもろこし・豆苗・じゃが芋・鶏がら・塩・コショウ・サラダオイル	★小皿…3枚
	スイカ		
9月22日	サンドイッチ	食パン・レタス・じゃが芋・人参・きゅうり・玉葱・ハム・スライスチーズ・バター・マヨネーズ・塩・コショウ・三温糖	★主食皿
(金)	カレー風味フライドチキン	鶏肉・にんにく・生姜・卵・牛乳・薄力粉・強力粉・カレー粉・塩・コショウ・サラダオイル	★スープカップ
	大豆とケールのサラダ	大豆・ブロッコリー・レタス・サニーレタス・きゅうり・人参・ケール・塩・コショウ・三温糖・レモン果汁・米酢・オリーブオイル	★小皿2枚
	ズッキーニとトマトのスープ	玉葱・人参・ズッキーニ・大根・トマト・にんにく・パセリ・鶏がら・塩・コショウ・三温糖・バター・ダイストマト・サラダオイル	★マグカップ
	みかんゼリー	みかん100%ジュース・三温糖・ゼラチン	※ゼリーは園のココットで作ります
	牛乳		

月日	メニュー	食 材	食 器
9月26日	チンゲン菜とハムの炒飯	米・玄米・ハム・玉葱・チンゲン菜・コーン・赤パプリカ・長葱・生姜・塩・コショウ・酒・醤油・サラダオイル	★中華系セット
(火)	大根と豚肉の中華煮	豚肉・大根・人参・ピーマン・赤ピーマン・椎茸・大豆・長葱・生姜・にんにく・鶏がら・塩・コショウ・酒・醤油・オイスターソース・ごま油・サラダオイル	
年中登山	モロヘイヤと春雨のサラダ	春雨・モロヘイヤ・大根・トマト・ケール・きゅうり・長葱・生姜・三温糖・醤油・米酢	
	もずくとオクラのスープ	もずく・オクラ・玉葱・じゃが芋・ターツアイ・赤ピーマン・鶏がら・塩・コショウ・酒・みりん・薄口醤油	
	季節の果物		
9月27日	ピーマンとマッシュルームの サフランライス	米・玄米・玉葱・人参・ピーマン・赤ピーマン・マッシュルーム・パセリ・サフラン・バター・塩・コショウ・オリーブオイル	★洋食系セット
(水)	チキンナゲット	鶏肉・玉葱・卵・薄力粉・パン粉・バター・トマトケチャップ・ソース・三温糖・塩・コショウ・酒・オリーブオイル・サラダオイル	
年長登山	チーズとサニーレタスのサラダ	チーズ・レタス・サニーレタス・きゅうり・ミニトマト・ケール・にんにく・黒オリーブ・塩・コショウ・三温糖・レモン果汁・米酢・サラダオイル	
	豚肉ときゃべつのスープ	豚肉・きゃべつ・玉葱・人参・小松菜・パセリ・鶏がら・塩・コショウ・サラダオイル	
	季節の果物		
9月28日	帆立の炊き込みご飯	米・玄米・帆立・いか・人参・牛蒡・干し椎茸・こんにゃく・絹さや・昆布・鰹節・塩・三温糖・酒・みりん・醤油・サラダオイル	★和食系セット
(木)	豆腐ステーキ きのことソース	木綿豆腐・ぶなしめじ・えのき・舞茸・人参・万能葱・バター・片栗粉・塩・コショウ・三温糖・酒・みりん・醤油・焼き海苔・サラダオイル	
年少登山	かぼちゃサラダ	かぼちゃ・きゅうり・じゃが芋・玉葱・人参・ハム・卵・塩・コショウ・三温糖・マヨネーズ・米酢	
	大根ととろろ昆布の味噌汁	大根・玉葱・人参・長葱・ケール・昆布・鰹節・煮干し・味噌	
	季節の果物		
9月29日	味噌ラーメン	麺・鶏がら・豚骨・豚肉・もやし・チンゲン菜・玉葱・人参・長葱・にんにく・生姜・焼き海苔・昆布・鰹節・煮干し・味噌・八丁味噌・塩・コショウ・酒・みりん・豆板醤・醤油・サラダオイル	★丼 ★小皿3枚
(金)	中華風卵焼き	鶏挽肉・切干大根・人参・卵・万能葱・塩・三温糖・酒・みりん・醤油・ごま油	
	揚げワンタンサラダ	水菜・トマト・ミニトマト・レタス・サニーレタス・きゅうり・ワンタンの皮・三温糖・米酢・醤油・ごま油・サラダオイル	
	ごま団子	白玉粉・上白糖・こしあん・黒ごま・白ごま・サラダオイル	

いつもランチの野菜を仕入れている、真狩の伊藤さん（自然農法で栽培）から、丘珠で無農薬で玉葱を栽培している農家を紹介してもらいました。一般的に玉葱はいろいろな農薬を多く使わないと栽培が難しいと言われています。この農家でも、チャレンジを重ねてようやく今年、無農薬で良い玉葱が収穫できたそうです。玉葱は、1871年に10種類が北海道に導入されたのが、日本での本格的な栽培の始まりとの事です。おそろ幼稚園でも毎日のようにランチの食材として玉葱を使っています。玉葱の役割はとても大きいのです。