



Thyme Time Restaurant

No.6 2019/7/11 おおぞら幼稚園

月日	メニュー	食 材	食 器
7月17日 (水)	ソースかつ丼	米・玄米・豚肉・玉葱・人参・にら・きゃべつ・もやし・貝割れ大根・卵・焼き海苔・薄力粉・パン粉・赤ワイン・ソース・トマトケチャップ・酒・みりん・醤油・塩・コショウ・サラダオイル	
	五目野菜の塩きんぴら	鶏挽肉・牛蒡・さつまいも・大根・人参・万能葱・こんにゃく・白ごま・酒・みりん・薄口醤油・三温糖・塩・コショウ・黒コショウ・ごま油・サラダオイル	★丼
	なすとオクラのサラダ	なす・オクラ・レタス・きゅうり・人参・赤パプリカ・大葉・長葱・片栗粉・昆布・鰹節・みりん・米酢・三温糖・醤油	★味噌汁椀
	絹豆腐とふのりの味噌汁	絹豆腐・玉葱・人参・椎茸・長葱・ふのり・昆布・鰹節・煮干し・味噌	★小皿…3枚
	さくらんぼ		
7月19日 (金)	チキンカレーライス	米・玄米・鶏肉・玉葱・人参・ブロッコリー・セロリ・生姜・にんにく・カレー粉・コリアンダー・クミン・パプリカ・ターメリック・シナモン・カルダモン・ナツメグ・クローブ・ガラムマサラ・薄力粉・ローリエ・バター・トマトピューレ・トマトケチャップ・鶏がら・塩・コショウ・サラダオイル	
	ズッキーニとエリンギのチーズフリット	ズッキーニ・エリンギ・インカのめざめ・卵・パルメザンチーズ・薄力粉・塩・コショウ・サラダオイル	★カレー皿
	ペペリーフとカラーピーマンのイタリアンサラダ	ペペリーフ・カラーピーマン・きゅうり・水菜・サニーレタス・フリルレタス・トマト・ミニトマト・黒オリーブ・米酢・三温糖・塩・コショウ・オリーブオイル	★小皿…2枚
	バナナラッシー	バナナ・ヨーグルト・牛乳・レモン果汁・三温糖	★マグカップ
7月22日 (月)	煮豚と椎茸の炒飯	米・玄米・豚肉・長葱・筍・椎茸・人参・ピーマン・赤ピーマン・生姜・白ごま・酒・みりん・醤油・三温糖・塩・コショウ・サラダオイル	中華系セット
	ラム肉とケールの炒め物	ラム肉・牛蒡・もやし・人参・玉葱・ケール・生姜・白ごま・片栗粉・豆板醤・酒・黒砂糖・醤油・黒酢・塩・コショウ・ごま油・サラダオイル	★主食皿
	春雨とわかめのサラダ	春雨・わかめ・セロリ・レタス・大根・じゃが芋・黄パプリカ・米酢・三温糖・醤油・塩・コショウ・ごま油	★スープカップ
	にらと帆立のミルクスープ	帆立・玉葱・人参・にら・きゃべつ・牛乳・鶏がら・塩・コショウ・サラダオイル	★小皿…3枚
	富士(りんご)		
7月23日 (火) 合宿・夜	ピザ マルゲリータ	薄力粉・強力粉・ドライイースト・玉葱・にんにく・バジル・牛乳・ダイストマト・トマトケチャップ・ローリエ・ナチュラルチーズ・塩・オリーブオイル・サラダオイル	
	手羽元のフライドチキン	鶏手羽元・にんにく・生姜・卵・牛乳・薄力粉・強力粉・ナツメグ・ガーリックパウダー・セージ・バジル・タイム・オレガノ・ローズマリー・塩・コショウ・サラダオイル	★主食皿
	ビーンズサラダ	大豆・黒豆・いんげん豆・枝豆・ズッキーニ・レタス・サニーレタス・きゅうり・人参・コーン・米酢・レモン果汁・三温糖・塩・コショウ・オリーブオイル	★スープカップ
	大根とケールのスープ	ベーコン・大根・ケール・玉葱・人参・貝割れ大根・バター・鶏がら・塩・コショウ・サラダオイル	★小皿…2枚
	ぶどうゼリー	ぶどう100%ジュース・三温糖・生クリーム・ゼラチン	※ぶどうゼリーは園のコットで作ります
7月24日 (水) 合宿・朝	梅と鰹節のおにぎり	米・玄米・小松菜・人参・ちりめんじゃこ・ひじき・鰹節・梅干し・醤油・白ごま・焼き海苔	
	豚汁	豚肉・玉葱・人参・ふなしめじ・じゃが芋・大根・長葱・生姜・昆布・鰹節・味噌・サラダオイル	★味噌汁椀
	すいか		★小皿…2枚
8月19日 (月)	豚肉と舞茸の炊き込みご飯	米・玄米・豚肉・人参・牛蒡・舞茸・ささぎ・こんにゃく・昆布・鰹節・酒・みりん・醤油・三温糖・塩・サラダオイル	和食系セット
	帆立ととうもろこしのかき揚げ	帆立・とうもろこし・玉葱・人参・長葱・三つ葉・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	★ご飯茶碗
	セロリときゅうりの梅ドレッシングサラダ	セロリ・きゅうり・にら・トマト・レタス・サニーレタス・梅干し・米酢・みりん・三温糖	★味噌汁椀
	なめこわかめの味噌汁	わかめ・なめこ・玉葱・人参・長葱・昆布・鰹節・煮干し・味噌	★小皿…3枚
	季節の果物		
8月21日 (水)	ビーフカレーピラフ	米・玄米・牛肉・玉葱・人参・赤ピーマン・マッシュルーム・ケール・カレー粉・トマトケチャップ・バター・塩・コショウ・サラダオイル	洋食系セット
	なすのクリームトマトグラタン	鶏肉・なす・玉葱・人参・ふなしめじ・パセリ・ダイストマト・牛乳・生クリーム・バター・薄力粉・パン粉・三温糖・ナチュラルチーズ・塩・コショウ・サラダオイル	★主食皿
	かぶとブロッコリーのサラダ	かぶ・ブロッコリー・ラディッシュ・水菜・レタス・きゅうり・にんにく・レモン果汁・米酢・三温糖・塩・コショウ・グレープシードオイル・サラダオイル	★スープカップ
	エリンギとズッキーニのスープ	エリンギ・ズッキーニ・玉葱・人参・紫きゃべつスプラウト・白ワイン・鶏がら・塩・コショウ・サラダオイル	★小皿…3枚
	季節の果物		

8月23日 (金)	ハムとケールの炒飯	米・玄米・ハム・ケール・玉葱・人参・椎茸・長葱・生姜・酒・醤油・塩・コショウ・ごま油・サラダオイル	★中華系セット
	えび入りしゅうまい	豚挽肉・えび・玉葱・筍・長葱・生姜・干し椎茸・しゅうまいの皮・酒・醤油・米酢・塩・コショウ・ごま油	
	長芋と白菜の黒酢ドレッシングサラダ	長芋・白菜・人参・きゅうり・ターツアイ・トマト・黒酢・三温糖・醤油・塩・コショウ・ごま油	
	えのきとチンゲン菜のミルクスープ	えのき・チンゲン菜・玉葱・人参・牛乳・鶏がら・塩・コショウ・サラダオイル	
	季節の果物		
8月26日 (月)	炒り卵と大根菜の麦入りご飯	米・玄米・麦・卵・大根菜・小松菜・人参・万能葱・焼き海苔・鰹節・醤油・塩・三温糖・サラダオイル	★和食系セット
	ハンバーグ 青しそおろしソース	合挽肉・玉葱・人参・大根・大葉・生姜・卵・パン粉・バター・酒・みりん・醤油・三温糖・塩・コショウ	
	塩もみきゃべつのしらす和え	きゃべつ・赤ピーマン・きゅうり・人参・にら・しらす干し・昆布・鰹節・薄口醤油・塩	
	豆苗と丘ひじきの味噌汁	豆苗・玉葱・人参・長葱・丘ひじき・昆布・鰹節・煮干し・味噌	
	季節の果物		
8月27日 (火)	ウインナーのピラフ	米・玄米・ウインナーソーセージ・玉葱・人参・マッシュルーム・ぶなしめじ・赤ピーマン・パセリ・バター・塩・コショウ・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・カラーピーマン・なす・玉葱・ガーリックパウダー・バジル・オレガノ・ダイストマト・白ワイン・塩・コショウ・オリーブオイル	
	手作りカッテージチーズとサラダ菜のサラダ	サラダ菜・人参・レタス・玉葱・紫玉葱・トマト・ささぎ・牛乳・米酢・レモン果汁・三温糖・塩・コショウ・オリーブオイル	
	ケールと卵のスープ	ケール・玉葱・人参・ブナビー・じゃが芋・にんにく・卵・バター・鶏がら・塩・コショウ・サラダオイル	
	季節の果物		
8月28日 (水)	にらと玉葱のバター醤油炒飯	米・玄米・玉葱・にら・赤パプリカ・ぶなしめじ・人参・長葱・にんにく・バター・鶏がら・醤油・塩・コショウ・サラダオイル	★中華系セット
	麻婆大根	豚挽肉・大根・筍・人参・長葱・小松菜・にんにく・生姜・片栗粉・鶏がら・酒・醤油・三温糖・塩・ごま油・サラダオイル	
	トマトと水菜のサラダ	トマト・ミニトマト・水菜・きゅうり・レタス・サニーレタス・玉葱・セロリ・粒マスタード・米酢・醤油・三温糖・塩・コショウ・ごま油・サラダオイル	
	もずくと長葱のスープ	もずく・玉葱・人参・椎茸・赤ピーマン・長葱・鶏がら・酒・みりん・薄口醤油・塩・コショウ	
	季節の果物		
8月29日 (木)	とうもろこしのご飯	米・玄米・とうもろこし・玉葱・人参・ケール・バター・昆布・鰹節・みりん・薄口醤油・塩	★和食系セット
	なすのはさみ揚げ	豚挽肉・なす・玉葱・生姜・卵・薄力粉・片栗粉・昆布・鰹節・醤油・酒・みりん・塩・サラダオイル	
	切干大根のサラダ	切干大根・人参・赤ピーマン・きゅうり・トマト・レタス・ケール・大葉・米酢・醤油・三温糖・サラダオイル	
	さつま芋の豆乳味噌汁	さつま芋・玉葱・人参・長葱・油揚げ・万能葱・豆乳・昆布・鰹節・煮干し・味噌	
	季節の果物		
8月30日 (金)	モッツアレラトマトピザ	玉葱・にんにく・バジル・強力粉・薄力粉・ドライイースト・牛乳・ダイストマト・トマトクチャップ・ローリエ・モッツアレラチーズ・ナチュラルチーズ・塩・コショウ・オリーブオイル・サラダオイル	★主食皿 ★スープカップ ★小皿…2枚 ※ミルクゼリーは園のコットで作ります
	スパイシーフライドチキン	鶏肉・にんにく・生姜・卵・牛乳・バター・薄力粉・強力粉・ナツメグ・ガーリックパウダー・セージ・タイム・バジル・オレガノ・ローズマリー・塩・コショウ・サラダオイル	
	三種レタスの玉葱ドレッシングサラダ	レタス・サニーレタス・リーフレタス・人参・とうもろこし・きゅうり・ミニトマト・玉葱・にんにく・米酢・レモン果汁・三温糖・塩・コショウ・サラダオイル	
	小松菜とカラーピーマンのスープ	小松菜・カラーピーマン・玉葱・じゃが芋・人参・にんにく・鶏がら・塩・コショウ・サラダオイル	
	ミルクゼリー	牛乳・三温糖・ゼラチン	

幼稚園のクッキングスタジオ「La Cocina」で子ども達がクッキングをする機会が増えてきました。子ども達が成長の過程でいろいろな経験を通して伸びていく“五感”。もともと備わっている感覚ですが、経験が豊かな方がより優れた感覚になっていきます。その経験の中でも、五感（味覚・嗅覚・視覚・聴覚・触覚）すべてを刺激するのが料理と言えるでしょう。幼稚園でのクッキングは、子ども達の脳に大きな刺激を与えています。