



Thyme Time Restaurant

No.9 2019/9/26

おおぞら幼稚園

月日	メニュー	食 材	食 器
9月30日	鶏肉とカレーピーマンのピラフ	米・玄米・鶏肉・玉葱・人参・小松菜・カレーピーマン・マッシュルーム・パセリ・バター・鶏がら・塩・コショウ・サラダオイル	洋食系セット
(月)	ハンバーグ 野菜ソース	合挽肉・玉葱・なす・じゃが芋・ズッキーニ・ミニトマト・にんにく・卵・牛乳・パン粉・黒オリーブ・ナツメグ・酒・醤油・塩・コショウ・オリーブオイル・サラダオイル	★主食皿
年少お弁当	マカロニとコーンのサラダ	マカロニ・コーン・玉葱・きゅうり・レタス・水菜・赤パプリカ・マヨネーズ・三温糖・塩・コショウ	★スープカップ
	冬瓜と人参のスープ	ベーコン・冬瓜・玉葱・人参・エリンギ・パセリ・鶏がら・白ワイン・塩・コショウ・サラダオイル	★小皿…3枚
	豊水梨		
10月1日	ハムと長葱の炒飯	米・玄米・ハム・玉葱・人参・エリンギ・長葱・ケール(黒ぎやべつ)・生姜・卵・干し椎茸・酒・醤油・塩・コショウ・ごま油・サラダオイル	中華系セット
(火)	麻婆なす	豚挽肉・なす・長葱・もやし・ケール(コラード)・椎茸・生姜・にんにく・万能葱・片栗粉・酒・みりん・醤油・三温糖・味噌・ハジ味噌・豆板醤・塩・コショウ・ごま油・サラダオイル	★主食皿
年中お弁当	白菜とパプリカのナムル	白菜・赤パプリカ・黄パプリカ・セロリ・きゅうり・玉葱・水菜・長葱・鶏がら・薄口醤油・三温糖・塩・コショウ・ごま油	★スープカップ
	玉葱と豆苗のミルクスープ	鶏肉・玉葱・人参・豆苗・じゃが芋・大根・鶏がら・牛乳・塩・コショウ・サラダオイル	★小皿…3枚
	ナイヤガラ(ぶどう)		
10月2日	梅とわかめの雑穀ご飯	米・玄米・大豆・小豆・挽割大豆・きび・ひえ・あわ・アマランサス・赤米・黒米・緑米・押麦・白麦・もち米・ケール(コラード)・人参・梅干し・わかめ・黒ごま・昆布・鰹節・塩	和食系セット
(水)	じゃことケールのかき揚げ	ちりめんじゃこ・ケール(カーリー)・玉葱・赤ピーマン・牛蒡・コーン・薄力粉・片栗粉・卵・昆布・鰹節・醤油・みりん・塩・サラダオイル	★ご飯茶碗
年長お弁当	春菊とほうれん草のごま和え	春菊・ほうれん草・ケール(カーリー)・赤パプリカ・フナピー・椎茸・ぶなしめじ・白すりごま・みりん・三温糖・薄口醤油	★味噌汁碗
	豚肉とかぶの味噌汁	豚肉・かぶ・玉葱・人参・小松菜・長葱・昆布・鰹節・煮干し・味噌	★小皿…3枚
	あかね(りんご)		
10月3日	ポークキーマカレー 福神漬け添え	米・玄米・豚挽肉・玉葱・人参・セロリ・トマト・赤ピーマン・万能葱・にんにく・生姜・大根・蓮根・なす・薄力粉・トマトケチャップ・ソース・バター・鶏がら・昆布・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・ローリエ・醤油・三温糖・米酢・塩・コショウ・サラダオイル	
(木)	ウインナーとさつま芋のソテー	ウインナーソーセージ・玉葱・人参・さつま芋・じゃが芋・カレーピーマン・エリンギ・にんにく・パセリ・アンチョビ・塩・コショウ・オリーブオイル	★カレー皿
	水菜とラディッシュのサラダ	水菜・ラディッシュ・レタス・きゅうり・きゃべつ・コーン・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	★小皿…3枚
	牛乳		★マグカップ
	柿		
10月4日	ガーリック味噌炒飯	米・玄米・豚肉・玉葱・人参・にら・蓮根・長葱・生姜・にんにく・味噌・酒・みりん・塩・コショウ・オリーブオイル	
(金)	鶏の南蛮漬け	鶏肉・玉葱・セロリ・カレーピーマン・フロッコリスプラウト・長葱・生姜・薄力粉・片栗粉・白ごま・昆布・鰹節・みりん・米酢・レモン果汁・三温糖・醤油・豆板醤・塩・コショウ・ごま油・サラダオイル	★主食皿
	きゃべつとチンゲン菜のサラダ	きゃべつ・チンゲン菜・赤かぶ・ちりめんじゃこ・人参・きくらげ・ケール(黒ぎやべつ)・黒酢・三温糖・醤油・塩・コショウ・ごま油	★スープカップ
	ケールと卵のスープ	卵・ロシアンケール・玉葱・人参・椎茸・鶏がら・酒・みりん・薄口醤油・塩・コショウ	★小皿…2枚
	柿とミルク寒天	柿・牛乳・上白糖・寒天	※柿とミルク寒天は園のココットで作ります

月日	メニュー	食 材	食 器
10月7日	豚肉と椎茸の混ぜご飯	米・玄米・豚肉・チンゲン菜・椎茸・ふなしめじ・人参・生姜・万能葱・酒・みりん・醤油・三温糖・サラダオイル	★和食系セット
(月)	鶏団子と大根の煮物	鶏挽肉・大根・蓮根・長葱・生姜・卵・片栗粉・昆布・鰹節・酒・醤油・薄口醤油・三温糖・塩・コショウ・サラダオイル	
年少お弁当	さつまいもとサニーレタスのサラダ	さつまいも・レタス・サニーレタス・きゅうり・カラーピーマン・水菜・昆布・米酢・三温糖・醤油・塩・コショウ・サラダオイル	
	えのきととろろ昆布の味噌汁	玉葱・人参・えのき・かぶ・三つ葉・とろろ昆布・昆布・鰹節・煮干し・味噌	
	季節の果物		
10月8日	ドライマトライス	米・玄米・ウインナーソーセージ・玉葱・人参・ブナピー・ロシアンケール・ミニトマト・パセリ・にんにく・鶏がら・塩・コショウ・オリーブオイル	★洋食系セット
(火)	たらのグラタン	たら・マカロニ・玉葱・じゃが芋・人参・ふなしめじ・パセリ・薄力粉・牛乳・生クリーム・パルメザンチーズ・バター・パン粉・白ワイン・ローズマリー・塩・コショウ・サラダオイル	
年中お弁当	セロリとブロッコリーのサラダ	セロリ・ブロッコリー・きゅうり・レタス・黄パプリカ・リーフレタス・にんにく・黒オリーブ・米酢・レモン果汁・三温糖・塩・コショウ・グレープシードオイル・サラダオイル	
	ズッキーニとしめじのスープ	ズッキーニ・ふなしめじ・玉葱・人参・ケール(カーリー)・鶏がら・白ワイン・塩・コショウ・サラダオイル	
	季節の果物		
10月9日	レタスと豚肉の炒飯	米・玄米・豚挽肉・レタス・玉葱・人参・長葱・ピーマン・卵・醤油・塩・コショウ・サラダオイル	★中華系セット
(水)	鶏肉とターツァイのにんにく醤油炒め	鶏肉・玉葱・ターツァイ・カラーピーマン・人参・カボチャ・にんにく・米酢・三温糖・醤油・塩・コショウ・ごま油・サラダオイル	
年長お弁当	おかかの赤かぶサラダ	赤かぶ・大根・きゅうり・白菜・かぶ・ケール(コラード)・鰹節・米酢・三温糖・醤油・塩・ごま油	
	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・酒・みりん・薄口醤油・塩・コショウ	
	季節の果物		
10月10日	五目ちらし寿司	米・玄米・人参・牛蒡・ささぎ・干し椎茸・かんぴょう・ひじき・卵・きざみ海苔・昆布・鰹節・酒・みりん・米酢・醤油・三温糖・塩・サラダオイル	★和食系セット
(木)	ほっけのフライ	ほっけ・玉葱・人参・カラーピーマン・きゃべつ・ケール(コラード)・卵・薄力粉・パン粉・青のり・昆布・鰹節・みりん・醤油・塩・コショウ・サラダオイル	
	長芋と豆腐のサラダ	木綿豆腐・きゅうり・人参・長芋・赤パプリカ・レタス・昆布・鰹節・みりん・米酢・醤油・三温糖	
	舞茸と筍のお吸い物	舞茸・筍・大根・人参・豆苗・昆布・鰹節・酒・みりん・薄口醤油・塩	
	季節の果物		
10月11日	えびといかのトマトクリームパスタ	スパゲティ・えび・いか・玉葱・マッシュルーム・パセリ・バジル・にんにく・白ワイン・ダイストマト・バター・牛乳・生クリーム・パルメザンチーズ・塩・コショウ・オリーブオイル	★主食皿 ★スープカップ ★小皿…3枚
(金)	札幌黄のキッシュ	ベーコン・玉葱(札幌黄)・エリンギ・ふなしめじ・ほうれん草・人参・卵・牛乳・生クリーム・パルメザンチーズ・バター・塩・コショウ・サラダオイル	
	シーザーサラダ	フランスパン・レタス・リーフレタス・ロメインレタス・きゅうり・人参・ブロッコリー・にんにく・粒マスタード・アンチョビ・米酢・三温糖・塩・コショウ・サラダオイル	
	ささぎとスプラウトのスープ	ささぎ・ズッキーニ・玉葱・人参・ブロッコリースプラウト・紫きゃべつスプラウト・鶏がら・白ワイン・塩・コショウ・サラダオイル	
	ドーナツ	薄力粉・卵・牛乳・ベーキングパウダー・塩・三温糖	

おおぞらファームの収穫も大分終わりましたが、クッキングはまだまだ続きます。種類にもよりますが、収穫してから常温で熟成させて料理をするかぼちゃは、まだ各組で保存しています。子ども達には少し難しい食材で、硬い皮は教師が半分に分けてから、少し加熱するなどしてから子どもが切っています。