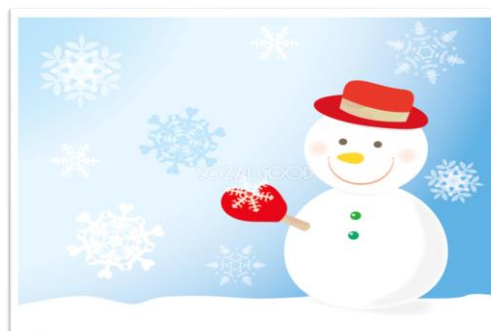


Thyme Time Restaurant

No.14 2020/12/22 おおぞら幼稚園

月日	メニュー	食 材	食 器
1月20日	大根と枝豆の 雑穀炊き込みご飯	米・玄米・もち米・赤米・黒米・緑米・ひえ・あわ・ぎび・押麦・白 麦・黒豆・小豆・挽割大豆・アマランサス・鶏肉・大根・人参・枝 豆・生姜・万能葱・椎茸・昆布・鰹節・酒・みりん・三温糖・醤油・ サラダオイル	和食系セット
(水)	冬瓜と豚肉の煮物	豚肉・冬瓜・じゃが芋・牛蒡・ふなしめじ・人参・万能葱・干し椎 茸・こんにゃく・昆布・鰹節・酒・みりん・三温糖・醤油・薄口醤 油・塩・サラダオイル	★ご飯茶碗
	小松菜とさつまいもの おかがマヨネーズ和え	小松菜・さつまいも・人参・きゅうり・黄パプリカ・花かつお・マヨ ネーズ・醤油・三温糖・塩	★味噌汁碗
	白菜とたら味噌汁	たら・白菜・豆苗・玉葱・万能葱・昆布・鰹節・煮干し・味噌	★小皿…3枚
	季節の果物		
1月21日	ビーフカレーピラフ	米・玄米・牛挽肉・玉葱・人参・マッシュルーム・赤ピーマン・サラ ダほうれん草・ターメリック・カレー粉・トマトケチャップ・パ ター・塩・コショウ・サラダオイル	洋食系セット
(木)	マカロニグラタン	鶏肉・マカロニ・玉葱・人参・ブナビー・パセリ・薄力粉・牛乳・生 クリーム・バター・バルメザンチーズ・パン粉・三温糖・塩・コショ ウ・サラダオイル	★主食皿
	水菜とりんごのサラダ	水菜・大根・玉葱・サラダ菜・赤パプリカ・りんご・米酢・りんご 酢・三温糖・塩・コショウ・サラダオイル	★スープカップ
	春菊と玉葱のスープ	春菊・玉葱・人参・じゃが芋・白菜・鶏がら・白ワイン・塩・コショ ウ・サラダオイル	★小皿…3枚
	季節の果物		
1月22日	卵とにらの炒飯	米・玄米・鶏肉・玉葱・人参・にら・ふなしめじ・万能葱・長葱・生 姜・卵・酒・醤油・塩・コショウ・サラダオイル	中華系セット
(金)	春巻き	豚肉・玉葱・人参・筍・干し椎茸・春雨・春巻きの皮・薄力粉・片栗 粉・鶏がら・酒・三温糖・醤油・塩・コショウ・ごま油・サラダオイ ル	★主食皿
	ブロッコリーのナムル	ブロッコリー・赤パプリカ・黄パプリカ・チンゲン菜・大豆もやし・ 長葱・にんにく・鶏がら・醤油・塩・コショウ・ごま油	★スープカップ
	椎茸と長葱のスープ	玉葱・人参・椎茸・長葱・鶏がら・酒・みりん・薄口醤油・塩・コ ショウ	★小皿…3枚
	季節の果物		



月日	メニュー	食 材	食 器
1月25日 (月)	ソースカツ丼	米・玄米・豚肉・人参・にら・きゃべつ・もやし・玉葱・焼き海苔・卵・薄力粉・パン粉・酒・塩・コショウ・サラダオイル	★丼 ★味噌汁椀 ★小皿…3枚
	炒り豆腐	鶏肉・木綿豆腐・人参・牛蒡・小松菜・万能葱・干し椎茸・卵・片栗粉・みりん・薄口醤油・三温糖・ごま油・サラダオイル	
	きゅうりとセロリの梅ドレッシングサラダ	きゅうり・セロリ・フロccoliリー・トマト・レタス・サニーレタス・梅干し・米酢・みりん・三温糖	
	なめこ油揚げの味噌汁	なめこ・大根・玉葱・人参・長葱・油揚げ・昆布・鯉節・煮干し・味噌	
	季節の果物		
1月26日 (火)	コーンとエリンギのライス	米・玄米・玉葱・人参・エリンギ・コーン・パセリ・にんにく・バター・鶏がら・塩・コショウ・サラダオイル	★洋食系セット
	ハンバーグ 野菜ソース	合挽肉・玉葱・なす・ミニトマト・ズッキーニ・じゃが芋・にんにく・卵・牛乳・パン粉・ナツメグ・黒オリーブ・酒・醤油・塩・コショウ・オリーブオイル・サラダオイル	
	レタスとトマトの玉葱ドレッシングサラダ	レタス・トマト・リーフレタス・水菜・きゅうり・人参・にんにく・玉葱・レモン果汁・米酢・三温糖・塩・コショウ・サラダオイル	
	豆苗とベーコンのスープ	ベーコン・豆苗・玉葱・人参・きゃべつ・ぶなしめじ・鶏がら・塩・コショウ・サラダオイル	
	季節の果物		
1月27日 (水)	レバーと砂肝の麦入り炒飯	米・玄米・麦・鶏レバー・砂肝・人参・万能葱・長葱・椎茸・にんにく・生姜・コーン・片栗粉・醤油・酒・塩・サラダオイル	★中華系セット
	根菜の酢豚	豚肉・玉葱・人参・筍・蓮根・牛蒡・かぼちゃ・ピーマン・卵・干し椎茸・トマトケチャップ・片栗粉・米酢・酒・三温糖・醤油・塩・コショウ・ごま油・サラダオイル	
	きくらげとチンゲン菜のサラダ	チンゲン菜・きくらげ・人参・白菜・赤パプリカ・きゅうり・米酢・三温糖・醤油・塩・コショウ・サラダオイル	
	鶏肉のミルクスープ	鶏肉・玉葱・人参・エリンギ・水菜・長葱・鶏がら・牛乳・塩・コショウ・サラダオイル	
	季節の果物		
1月28日 (木)	えびのちらし寿司	米・玄米・えび・人参・大葉・きゅうり・枝豆・卵・きざみ海苔・米酢・三温糖・酒・塩・サラダオイル	★和食系セット
	ヤーコンのきんぴら	ヤーコン・人参・椎茸・筍・じゃが芋・大根・牛蒡・万能葱・ひじき・白ごま・昆布・鯉節・酒・みりん・三温糖・醤油・塩・ごま油・サラダオイル	
	えのきとかぶのサラダ	かぶ・えのき・レタス・にら・赤ピーマン・玉葱・フナピー・生姜・昆布・鯉節・米酢・三温糖・醤油・塩	
	きざみ昆布のお吸い物	白舞茸・人参・三つ葉・絹豆腐・昆布・鯉節・酒・みりん・薄口醤油・塩	
	季節の果物		
1月29日 (金)	ハムサンド・ポテトサンド	角食・ハム・じゃが芋・人参・きゅうり・玉葱・レタス・バター・チーズ・マヨネーズ・三温糖・塩・コショウ	★主食皿 ★スープカップ ★小皿…2枚 ※ヨーグルトハバロアは園のココットを使用します。
	ハーブ塩鶏から揚げ	鶏肉・にんにく・バジル・オレガノ・ローズマリー・パセリ・タイム・卵・酒・薄力粉・片栗粉・塩・コショウ・オリーブオイル・サラダオイル	
	紫きゅうりとパプリカのサラダ	紫きゅうり・赤パプリカ・黄パプリカ・セロリ・きゅうり・サニーレタス・レタス・トマト・にんにく・アンチョビ・米酢・三温糖・塩・コショウ・サラダオイル	
	ほうれん草と人参のスープ	ほうれん草・人参・玉葱・コーン・水菜・バター・鶏がら・塩・コショウ・サラダオイル	
	ヨーグルトハバロア	牛乳・上白糖・生クリーム・ゼラチン・ヨーグルト	

今、日本だけではなく、世界で大きな問題になっている「食品ロス」。おおぞら幼稚園では、以前から食材を無駄にしないように取り組んでいます。そのうちの1つとして毎朝、欠席人数を確認して、必要な分量の計算をしています。食品ロスをなくすことは、自然を守ることにつながります。今こそ、真剣に考えなくてははいけません。なぜなら、私達は自然が豊かだからこそ生きていけるのですから。