

Thyme Time Restaurant



No.3 2020/7/2

おおぞら幼稚園

| 月日 | メニュー | 食 材 | 食 器 |
|----------------------|-----------------|--|----------------------|
| 7月6日 (月) 自然探索A | ターツァイとベーコンの炒飯 | 米・玄米・ベーコン・ターツァイ・人参・長葱・赤パプリカ・玉葱・にんにく・生姜・万能葱・酒・醤油・塩・コショウ・サラダオイル | 中華系セット |
| | 蒸し鶏のきのこあんかけ | 鶏肉・えのき・人参・ぶなしめじ・九条葱・生姜・長葱・きくらげ・鶏がら・干し椎茸・酒・薄口醤油・片栗粉・塩・コショウ・ごま油・サラダオイル | ★主食皿 |
| | 大根のもみ漬け | 大根・きゅうり・かぶ・赤パプリカ・黄パプリカ・セロリ・薄口醤油・豆板醤・塩・ごま油 | ★スープカップ |
| | 春菊とわかめのスープ | 春菊・エリンギ・人参・玉葱・ささぎ・わかめ・鶏がら・酒・薄口醤油・みりん・塩・コショウ | ★小皿…3枚 |
| | ぶじりんご | | |
| 7月7日 (火) 自然探索B | 人参とパセリのバターライス | 米・玄米・ベーコン・人参・玉葱・パセリ・マッシュルーム・醤油・バター・塩・コショウ・サラダオイル | 洋食系セット |
| | ポークソテーピカントソース | 豚肉・玉葱・きゅうり・パセリ・デミグラスソース・バター・薄口醤油・米酢・三温糖・薄力粉・ガーリックパウダー・塩・コショウ・黒コショウ・サラダオイル | ★主食皿 |
| | ケールとラディッシュのサラダ | ケール・ラディッシュ・スナップえんどう・きゅうり・リーフレタス・トマト・にんにく・黒オリーブ・三温糖・米酢・レモン果汁・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 |
| | 小松菜とパプリカのミルクスープ | 小松菜・玉葱・人参・赤パプリカ・黄パプリカ・ケール・鶏がら・牛乳・塩・コショウ・サラダオイル | ★小皿…3枚 |
| | クインシーメロン | | |
| 7月8日 (水) 自然探索C | 親子丼 | 米・玄米・鶏肉・玉葱・人参・椎茸・長葱・三つ葉・卵・昆布・鰹節・酒・醤油・みりん・三温糖・塩 | |
| | 豚肉となすの味噌炒め | 豚肉・なす・玉葱・ぶなしめじ・フナビー・ピーマン・赤ピーマン・かぶ・ケール・生姜・にんにく・葱・白ごま・味噌・三温糖・みりん・酒・醤油・サラダオイル | ★丼 |
| | レタスとトマトの和風サラダ | レタス・リーフレタス・トマト・きゅうり・黄パプリカ・水菜・にら・昆布・鰹節・醤油・みりん・三温糖・米酢 | ★味噌汁椀 |
| | 株なめこの味噌汁 | 株なめこ・大根・人参・長葱・玉葱・煮干し・昆布・鰹節・味噌 | ★小皿…3枚 |
| | クリームずいか | | |
| 7月9日 (木) | 白味噌炒飯 | 米・玄米・鶏肉・玉葱・人参・ケール・赤ピーマン・生姜・にんにく・長葱・にら・鶏がら・味噌・酒・みりん・三温糖・塩・コショウ・サラダオイル | ★主食皿 |
| | スティック春巻き | 豚挽肉・長葱・人参・生姜・卵・干し椎茸・春巻きの皮・ハチ味噌・薄力粉・片栗粉・酒・塩・コショウ・ごま油・サラダオイル | ★スープカップ |
| | 豆苗ときくらげのサラダ | きくらげ・豆苗・きゅうり・レタス・リーフレタス・トマト・三温糖・醤油・米酢・ごま油 | ★小皿…2枚 |
| | 冬瓜と葱のスープ | 冬瓜・人参・玉葱・チンゲン菜・長葱・鶏がら・酒・薄口醤油・みりん・塩・コショウ | ※ぶどうゼリーは園のココットで作ります。 |
| | ぶどうゼリー | ぶどう100%ジュース・生クリーム・三温糖・ゼラチン | |
| 7月10日 (金) | とうもろこしのガーリックライス | 米・玄米・とうもろこし・エリンギ・赤ピーマン・人参・玉葱・ケール・パセリ・にんにく・バター・醤油・塩・コショウ・サラダオイル | |
| | 鶏肉フリット トマトソース | 鶏肉・トマト・玉葱・にんにく・バジル・ダイストマト・鶏がら・薄力粉・パルメザンチーズ・塩・コショウ・オリーブオイル・サラダオイル | ★洋食系セット |
| | えびのヨーグルトサラダ | えび・人参・きゅうり・いんげん・水菜・ペビーリーフ・マヨネーズ・ヨーグルト・薄力粉・酒・塩・コショウ・粒マスタード・オリーブオイル・サラダオイル | |
| | かぶとケールのスープ | かぶ・ケール・人参・玉葱・貝割れ大根・にんにく・鶏がら・バター・塩・コショウ・サラダオイル | |
| | ずいか | | |

| 月日 | メニュー | 食 材 | 食 器 |
|-------|----------------------|--|-------------------------|
| 7月13日 | 鶏そぼろと炒り卵丼 | 米・玄米・鶏挽肉・人参・小松菜・生姜・卵・焼き海苔・酒・醤油・薄口醤油・みりん・三温糖・塩・サラダオイル | |
| (月) | しめじと豚肉の炒め物 | 豚肉・きゃべつ・玉葱・ピーマン・赤ピーマン・ぶなしめじ・エリンギ・人参・ケール・大根・生姜・昆布・鰹節・酒・醤油・バター・塩・コショウ・サラダオイル | ★丼 |
| 自然探索A | ケールの和風サラダ | ケール・赤パプリカ・ミニトマト・サニーレタス・レタス・かぶ・大根・昆布・鰹節・花かつお・醤油・みりん・三温糖・米酢 | ★味噌汁椀 |
| | ささげとなすの味噌汁 | ささげ・なす・玉葱・長葱・人参・煮干し・昆布・鰹節・味噌 | ★小皿…3枚 |
| | 季節の果物 | | |
| 7月14日 | ピリ辛炒飯 | 米・玄米・豚肉・ぶなしめじ・フナビー・人参・チンゲン菜・ケール・万能葱・長葱・にんにく・生姜・鶏がら・味噌・八丁味噌・酒・醤油・三温糖・豆板醤・塩・ごま油・サラダオイル | |
| (火) | 酢鶏 | 鶏肉・玉葱・人参・ピーマン・赤ピーマン・黄パプリカ・小松菜・椎茸・筍・卵・酒・醤油・三温糖・トマトケチャップ・米酢・片栗粉・塩・コショウ・ごま油・サラダオイル | ★中華系セット |
| 自然探索B | わかめとレタスのセロリドレッシングサラダ | レタス・サニーレタス・わかめ・トマト・豆苗・きゅうり・にら・玉葱・セロリ・醤油・米酢・粒マスタード・塩・コショウ・ごま油・サラダオイル | |
| | きゃべつとつまみ菜のスープ | きゃべつ・つまみ菜・人参・玉葱・白菜・水菜・にんにく・鶏がら・塩・コショウ・サラダオイル | |
| | 季節の果物 | | |
| 7月15日 | 鶏肉とカラピーマンのピラフ | 米・玄米・鶏肉・玉葱・人参・カラピーマン・マッシュルーム・ケール・パセリ・鶏がら・バター・塩・コショウ・サラダオイル | |
| (水) | タラのフライ タルトソース | 真たら・玉葱・きゅうり・パセリ・卵・薄口醤油・三温糖・米酢・マヨネーズ・生クリーム・レモン果汁・オリーブオイル・レモン・薄力粉・パン粉・塩・コショウ・サラダオイル | ★洋食系セット |
| 自然探索C | 大豆とブロッコリーのサラダ | 大豆・ブロッコリー・レタス・きゅうり・人参・サニーレタス・トマト・三温糖・米酢・レモン果汁・塩・コショウ・オリーブオイル | |
| | 白菜とじゃが芋のミルクスープ | 白菜・じゃが芋・人参・玉葱・水菜・パセリ・鶏がら・バター・牛乳・塩・コショウ・サラダオイル | |
| | 季節の果物 | | |
| 7月16日 | 干し貝柱の炊き込みご飯 | 米・玄米・干し貝柱・人参・万能葱・油揚げ・ひじき・昆布・鰹節・酒・薄口醤油・みりん・塩 | 和食系セット |
| (木) | 豚肉とさつま芋の味噌煮 | 豚肉・さつま芋・人参・きぬさや・長葱・生姜・こんにゃく・昆布・鰹節・酒・醤油・味噌・みりん・三温糖 | ★ご飯茶碗 |
| | ほうれん草と人参の干し海苔和え | ほうれん草・人参・フナビー・ケール・玉葱・大葉・干し海苔・昆布・鰹節・醤油・みりん | ★味噌汁椀 |
| | 三つ葉とえのきの味噌汁 | えのき・三つ葉・なめこ・かぶ・玉葱・人参・ケール・煮干し・昆布・鰹節・味噌 | ★小皿…3枚 |
| | 季節の果物 | | |
| 7月17日 | ごまだれの冷やし中華 | 麺・鶏肉・きゅうり・ちやし・なす・ミニトマト・長葱・生姜・きざみ海苔・鶏がら・酒・醤油・薄口醤油・みりん・三温糖・米酢・練り白ごま・白ごま・塩・コショウ・ごま油 | |
| (金) | 炒り豆腐 | 豚肉・木綿豆腐・人参・牛蒡・ケール・万能葱・卵・干し椎茸・薄口醤油・みりん・三温糖・ごま油・サラダオイル | ★丼 |
| | 水菜の黒酢ドレッシングサラダ | 水菜・ラディッシュ・レタス・玉葱・人参・ささぎ・きゅうり・牛蒡・鶏がら・醤油・みりん・三温糖・黒酢・米酢 | ★小皿…2枚 |
| | すいかとミルク寒天 | すいか・牛乳・上白糖・棒寒天 | ※すいかとミルク寒天は園のココットで作ります。 |

今のところ、おおぞら幼稚園のランチ(給食)は、きっと全国の幼稚園の中では一番おいしい!と思っています。その理由の第一は、食材選びです。原則として、国内産、道内産しか使いません。第二は、より多くの食材を使う事です。そして味付けも少々薄めにして、食材(特に野菜)はそのものの味が分かるようにと考えています。第三は、ほとんどが手作りです。例えばカレーのルーも。そして第四は、作る人の愛情と真剣さです。おおぞら幼稚園の調理室タイムは学校給食を作る工場のような所ではなく、レストランの厨房のつもりです。保護者の方々に食べていただけないのは残念ですが、味を子ども達に聞いてください。