

# 6がお弁当カレンダー



日替弁当 550円  
 店内で日替定食 680円

みんなのお弁当は、無添加の素材を使い全て手作りでお届けしています。  
 調味料(醤油・塩・油・酢・みりん・味噌・酒など)も全て保存料や化学調味料は使いません。肉や卵は安全に育てられた物、米や野菜は地元の生産者が有機栽培したもの。時間と手間をかけ、丁寧に作っています。  
 届いたら出来るだけ早くお召し上がりください。

1(金)	2(土)
とろろバーガー 甘魚青七味 ・むしなす ・かぼちわかず	プレーンコロッケ 甘魚おかわ焼 ・青なゆかりあえ ・人参レズンカツ

4(日)	5(月)	6(火)	7(水)	8(木)	9(金)
鶏のからあげ ＊信田焼 ・煮豆 ・中華カツ	照り焼いしやう ＊とろろのついで ・きりり西のり ・スパゲティカツ	魚青の竜田揚 ＊肉たんこ ・青なおかわ ・大根なます	子モン南蛮 ＊焼魚 ・おかわ ・ポテトカツ	魚青のおとろ ＊マホー春雨 ・青なゆかり ・コーロ	うすのりカツ ＊とろろ田楽 ・大根ゆかり ・マロカツ

11(日)	12(月)	13(火)	14(水)	15(木)	16(金)
とんかつ湯漬 ＊厚揚げ肉詰 ・青なおかわ ・海老カツ	カレーコロッケ ＊焼魚 ・煮豆 ・大根ツナカツ	鶏の照り焼 ＊おかわ南蛮 ・むしなす ・ポテトカツ	和風バーガー ＊とろろおかわ ・たなき(豚) ・ポテトカツ	魚青の生巻 ＊信田焼 ・青なゆかり ・マロカツ	魚青のついで タレタレ ＊じゃが芋 ・なす甘酢 ・人参カツ

18(日)	19(月)	20(火)	21(水)	22(木)	23(金)
バーガー ＊デミグラスソース ＊焼魚 ・たなき(豚) ・マロカツ	魚青の香り揚 ＊袋印 ・青なま ・じゃが芋カツ	魚青 ＊とろろのついで ・わかめのめた ・ポテトカツ	西京鶏 ＊焼魚 ・青なおかわ ・かぼちわかず	白身魚のついで ＊揚げコロッケ ・煮豆 ・中華カツ	鶏のカレー天 ＊がんと ・ゆききり ・和風ハヤシ

25(日)	26(月)	27(火)	28(水)	29(木)	30(金)
子モンカツ ＊焼魚 ・ポテトカツ ・青な(梅)	魚青の香味揚 ＊豚肉里深 オイスター ・中華カツ ・煮豆	野菜ミチカツ ＊焼魚 ・大根なます ・青なおかわ	魚青のおとろ ＊バーガー ・マロカツ ・青なゆかり	かぼちコロッケ ＊厚揚げのり ・ゆききり ・青なゆかり	なすの味 ＊とろろおかわ ・大根ツナカツ ・きりり梅あえ

092-942-3134 企業組合 つかず かしこ

### ローカル線の旅

まだ明けきらない早朝、BS放送の鉄道の旅がおもしろい。ローカル線の旅で、様々な音楽をバックに四季折々の景色の中を可愛い電車が悠々と走る。第三セクターが様々な工夫を凝らし地域の足を必死で守っている。朝食を摂りながら、つかの間の旅気分を満喫できる数少ない番組。

西鉄宮司嶽線が新宮までになって久しい。気軽に利用できる便利な乗り物ただだけに困っている人達も多いのでは。

黒崎から直方まで走る筑豊線に乗って映画を見に行く。利用者はほとんど高齢者や女性。段差のないプラットホームは市内電車の感覚で乗れてとてもいい。若い車掌さんがあのバックを下げて両替に来る。レトロな雰囲気これがまたいい。最近では静かに姿を消す優れものが多くなった。思い出だけでは生きられないけど、気付かないうちになくなることは避けたい。ローカル線の旅。心の琴線に触れる旅が出来そう。



### こんにちはみんなとです

5月\*日

新緑がまぶしい季節。出かける機会の少ない高齢の方に、かえでを添えて四季を感じてもらう。最近では食べ物も年中手に入り、季節感や旬が分かりにくくなった。

筍、蕨やつくし、ソラマメに絹さや。やはり旬ならではのおいしさがある。これからは胡瓜がおいしい。青臭さを存分に味わって欲しい。

5月\*日

新設の高齢者施設に食事を届けることになった。冷めても美味しい食事とを考えてメニューを作るが、それでも出来たてのおいしさには適わない。一度皆さんで、定食を食べに出かけませんか。私達も召し上がる方にお会いしたいです。

営業 月曜から土曜まで  
1万円以上なら日曜もOK  
時間 お弁当は午前10時頃から  
定食は11時半から13時半

### お弁当お届けします！

食事づくりに困ったらいつでもお届けします。

昼食・夕食を1個から

何でも大丈夫な方 550円

減塩・低カロリーの特別食 670円

おかずのみも同額です

地域によっては1個50円の配達料が必要です。

高齢者、産前産後の方、病気の方などお弁当はどなたにでもお届けします。

地域の行事やお客様の御もてなしにもお弁当やオードブルをご予算やお好みに合わせてご用意いたします。準備の都合上、3日前までにご連絡をお願いします

### 天然酵母パンが美味しいですよ！

毎週土曜のみの販売です。卵や油脂を使わず国産小麦と自然塩のみで作っています。食パンI山250円、人参パン、南瓜パン1個200円、レーズン胡桃パン、チーズパン、ベーグル、手づくりあんのおんパンなど1個130円、玄米パン70円など。予約もOKです。