

おしゃもじ通信

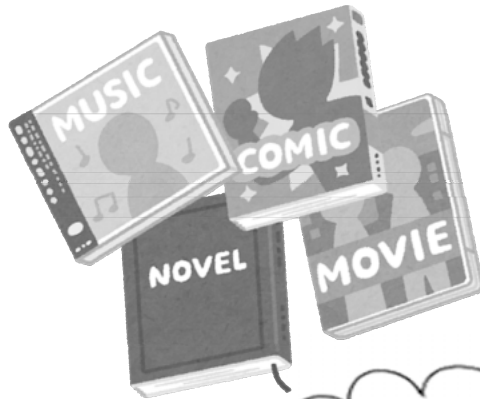


わたしの リフレッシュ法

大きく生活が変わったこの一年。
今まで当たり前だったことができなくなったり、我慢する場面もたくさん
ありましたよね。

でも、我慢ばかりじゃ疲れちゃう！日々がんばっている自分へのご褒美も
大事♪ストレスをためないように、リフレッシュもしたい♪
そこで皆さんにお聞きします！

“わたしのリフレッシュ法.. はなんですか～?? ぜひ教えてください♡



5月号でご紹介します！

“わたしのリフレッシュ法.. は
裏面下の投稿欄にお書きください♪”



マイシィご案内役
りこちゃん

りこちゃんのリフレッシュ法は… まずは“ひとり時間”をつくること！
子どもたち全員を送り出した後、職場に向かう道のり。ただそれだけでホッとします♪
あとはやっぱり、たくさん汗を流してからのレモンサワーや
このために40分の運動も頑張れます♡
本を読みながら過ごす1時間の半身浴も大好きな時間。
イライラ怒ってはかりじゃなく、たくさん笑って過ごしたいです😊



【予告】

お楽しみ
献立

甘鯛と若鶏の 「春菜桜ごはん」

桜香る混ぜ込みごはん、ふっくら焼いたアマダイと若鶏の照り焼き、春を感じさせる食材などを合せ盛りしました。

4/15 (木) にお届けとなります。

週3日コースの方もご利用いただけます！

3/29 (月) 配布チラシにて、ぜひご注文ください。



※イラストはイメージです。

ミスターMOの 献立開発雑感★

マイシイ献立を倉庫
管理人「ミスターMO(モー)
こぼれ書き



季節毎にご案内しております、Maici謹製「おたのしみ献立」、
本年も「春季バージョン」をお届けするべく調達と仕様を研鑽中です。
結構気懸りとなっていたのですが、この新コロナ感染長期化の状況で、
食材調達先や、食材市況の様相も前年と少なからず違っていました。
ただ「新規規格食材の発見、も有り、悄気る事ばかりでもない感じです。
と、云う訳で今年の「春菜ごはん」は「バージョンアップ規格」で
お届けが可能となりそうです。

例年好評価をも頂戴している献立ですから、全体の食味基調は大きく
変える事はしませんが、ソコ・ココらで「個々食材の質感UP、
「食材調味の深化、」「おかず盛り込みの変更、等々……
更にご満足頂ける食事に仕立てるべく、研鑽を重ねているトコロです。
味はもちろんですが「個々食材の香り、や「見た目の彩り、でも、
やっと訪れた、暖かな春の雰囲気を感じとれるお食事となっています。
自粛・心労の日々の内、多少なりとも和める時間をお楽しみください。

「春菜ごはん」の詳細、食味の基調「何がどうアップして変わったか、
は今後、りこちゃんが、(予告)ご案内チラシ等でお知らせします。
是非ご覧いただき、ご注文をおすすめしたい春の逸品です。

応募台紙について

リニューアル!



応募台紙が新しく
なります！

現在の応募台紙(緑色・黄色)がなくなり次第、順次新しい応募台紙(水色)をお配りいたします。
現在の応募台紙・応募券も引き続きご使用いただけます。
応募券は新しい応募台紙にもご使用いただけますが、有効期限内のものに限りますのでご注意ください。

利用者アンケートに
ご協力いただき
ありがとうございます
ございました!!

ご感想、マイシイでよかったこと、近況など何でもお寄せ下さい。(※献立に関することは献立表下部カードにご記入ください)

きりとりせん

宅配センター→配食サービス課行(3月号)

「おしゃもじ通信」ご感想&投稿用紙

わたしのリフレッシュ法は…

◆「おしゃもじ通信」に掲載してもいいですか(どちらかに○)掲載してよい(ペンネーム:

)・掲載しないでほしい

お名前 組合員コード

※どちらにも印がない場合、掲載させていただきます。