

あす*たね通信 つうしん vol 9・初冬



2016.11.29

11月24日は「和食の日」和食が世界文化遺産に認定された日です。世界でも今、注目を集めている和食文化を、これからも大事に守っていきたいですね。

【次回は12月20日(火)】

いよいよ今年最後のこども食堂となる12月のこども食堂は、お米の相馬屋さんの粋なはからいにより、新米の食べ比べが実現します！
青森県「青天の霹靂（せいてんのへきれき）」
岩手県「銀河のしずく（ぎんがのしずく）」
新潟県「新之助（しんのすけ）」
と、個性的な名前の新米たちが登場。
普段あまり見かけない他県の新米たちを味わってみてね。ご飯のお供は今全力で考え中です。

※12月はいつもより早めの20日(火)開催です。
最終火曜日ではありませんのでご注意ください。

平窪の農家さまから白菜とほうれん草、生木葉さんから鳴門金時さつまいも、相馬屋さんから白米いただきました。

さつまいもと白菜のシチュー
ほうれん草と油揚げの煮びたし
ごはん・スイートポテト

本日のメニュー

11月29日(火) 直とわこ
ゆうこ



【こども食堂*みらいのたね】よりお知らせ

①ホームページで活動報告中

URL <http://key-force.com/asutane>
※これまでの活動報告も載っています

②LINEページでお知らせ

※お知らせがいち早く届くので便利です

③新メールアドレス

新メアド futureseed@key-force.com

LINEの
登録用QRコード



【本日のメニューの栄養価】

エネルギー 581kcal
たんぱく質 20.1g
脂質 15.0g
炭水化物 89.1g
カルシウム 264mg

～ご協力・ご協賛いただいた皆様～

11月25日 平窪のMさまより白菜とほうれん草をご提供いただきシチューと煮びたしにしました。

11月27日 好間の生木葉ファームさまよりさつまいも(鳴門金時)をご提供いただきシチューとデザートにしました。

11月28日 小名浜の相馬屋さまより新米6キロをご提供いただきました。

ご協力ありがとうございました。

【寄付】

安養寺様(平)、I様(平)、佐藤様(平)、小幡様(平)、斉藤様(常磐)、I女性会議様他数名

【協賛・協力】

平第一区親和会様、同青年会様、同長寿会様、新町・長橋子供会様、長久保製麺所様、いわきフェニックス様、カノウ機械設計、いわき市「まち・みらい創造支援補助金」・福島県共同募金会「赤い羽根・ボラサポ2助成金」
～ご協力のおねがい～

こども食堂*みらいのたねでは、ご寄付、食材のご提供を引き続きお願いしています。食材については開催日や産地など、一定の規定を設けておりますので、事前にご連絡いただいてから受取いたしますのでご了承ください。

【こども食堂に参加される方へのお願い】

貴重品はご自身で管理願います。活動の様子は運営側でネットにアップいたします。写真NGの方は事前にお申し出ください。活動中のケガや食中毒は24時間以内にお申し出ください。(イベント保険加入のため)※公式カメラマン以外は、個人の特定できる写真撮影を原則禁止しています。
当日と翌日の緊急連絡先 080-3323-5988(吉田・平日13時以降)

【申込方法についてのご注意】

- ・参加申し込みのためのメールフォームを配信しますので、申込開始したらアクセスしてください。(毎月10日ごろ～)
- ・保護者の方の年齢記入漏れが目立ちます。と一緒に食事する場合は必ず保護者の年齢なども記入してください。