

# あす\*たね通信 つうしん vol 17・秋



今年も新米の季節になりました。おいしいお米と名物さんまのつみれ汁。いわきのソウルフードと日本の味を忘れずに大人になってね、という願いを込めてます。

**【三種の新米】**

新之助(しんのすけ)・・・新潟産。甘味と深いコクがあり大粒。  
 雪若丸(ゆきわかまる)・・・山形産。来年本格デビュー予定の新品種。歯ごたえと粘り、しっかりとした粒感が特徴。  
 銀河(ぎんが)のしずく・・・岩手産。炊き上がりの白さがピカイチ。

**【次回は12月20日(水)】**

次回はクリスマスも近づいた12月20日(水)だよ。いよいよ今年最後のこども食堂\*みらいのたね。寒くなってきたから、みんなも風邪をひかないように。来てくれるのを待ってます。

かぼちゃの炒め煮  
 さんまのつみれ汁  
 相馬屋さんから新米いただきました！  
 上野台豊商店さんからすり身いただきました！

**本日のメニュー**

10月25日(水) 直  
 えちこ かおる

【こども食堂\*みらいのたね】より

①ホームページ更新中！  
 URL <http://key-force.com/asutane>  
 ※これまでの活動報告も載っています

②LINEページ登録してね！  
 ※お知らせがいち早く届くので便利です

③お問い合わせはメールで！  
 メール [futureseed@key-force.com](mailto: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	715kcal
たんぱく質	24.6g
脂質	33.0g
炭水化物	70.8g
カルシウム	138mg

Happy Halloween

～今回新たにご協力・ご協賛いただいた皆様～

10月15日 好間町の吉田さまよりかぼちゃいただきました。  
 10月20日 お米の相馬屋さんより、新米いただきました。  
 10月24日 上野台豊商店、上野臺様より、さんまのすり身いただきました！  
 ご協力ありがとうございました。

【寄付】  
 安養寺様(平)、菩提院様、I様(平)、小幡様(平)、乃村工藝社サクラサクラ部様

【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」  
 ～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・翌日のみ緊急連絡先 080-3323-5988(吉田) ※その他各種お問い合わせはメールでお願いします ↑

【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1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。