

UNUSED! マーチのお話
 ・卵・発酵促進剤
 ・保存料・着色料・膨張剤
 ・イーストフード
 ・ショートニング（マーガリン）
 一切使用しておりません。
 変わりパンには一部、
 卵を含むものがございます。

食パンのご予約は
 2日前までの
**月曜日は金曜日の
 15:00 締め切りです**

★ご注文票★

お名前 _____
 御社名 _____
 お電話 _____

野菜のソムリエ ベジフルビューティーアドバイザーが作る

SYAKARIKI

桜が咲くころはまだまだ寒くて、花冷えという言葉を思いだす。
 三寒四温というのか温かいと思ったら、急に寒くて。昔の人は
 これを『桜が長く咲くための神様のいたずら』と言いました。
 寒いと桜はゆっくり咲くからです。少しでも長く楽しむための贈り物です。

☆桜の名前の由来☆

さくらの『さ』は古い日本語で田んぼの神様のこと。
 『くら』は神様が座る場所（御座）のこと。つまり桜は
 『田の神様が座る木という意味なんです。
 昔は桜が咲くのをみて田植えの時期を決めたそうです。』

☆花と言えば桜☆

昔の和歌ではただ『花』と書けばそれは桜のことでした。有名な和歌で、
 ** 願わくば花の下にて春死なん その如月の望月のころ **
 意味は『桜の下で春に死ねたら本望だ』という、美しさの極みの歌。

☆桜はなぜ人を惹きつけるのか☆

満開が一瞬 すぐに散る 春の始まりに咲く
 美しさとはかなさを同時に見せてくれる花だから
 惹きつけられるのでしょうね。

電話
092-624-5080
 FAX
092-624-5099

お客様の担当者は

 です

お弁当のお値段は
¥550

パンやお弁当を
 組み合わせて
 1000円以上の
 ご注文で配達いたします

order
 @syakariki.com

HP
 akariki.com
 SYAHARIKI621

日替わり食パン	金額	3月 4月	ナチュ ラ の ベジフル の	ナチュ ラ の ベジフル の	内容
マーチ	350	mon 30	563kcal	446kcal	ナチュラルはご飯が170g おかずは同じでベジフルはご飯が100gとフルーツが入ります大盛は前日予約230g 50円プラスです。 ヤンニョムチキン エビカツ ひじきとエビとミンチの旨煮 ベーコンと胡瓜の粒マスタードのポテサラ わかめと卵の炒め物
ゆだね	370				
めっちゃ黒糖	470				
めっちゃレーズン	500	tue 31	548kcal	431kcal	チキンカツ コロッケ キャベツとわかめのナムル 卵の花 竹輪と牛蒡のワサビマヨ
マーチ	350				
ゆだね	370				
蜜リンゴシナモン	550	wed 4/1	561kcal	391kcal	あずきおこわご飯 うずら卵串フライ 野菜炒め 大根そぼろ煮 柚子胡椒ポテサラ 春雨とハムの酢の物
コロコロチーズ	750				
マーチ	350				
ゆだね	370	thu 2	560kcal	443kcal	もち麦雑穀ご飯 揚げ鶏の甘辛がらめ 竹輪の磯辺揚げ キャベツのネギオイル焼き キャロットブルーベリーラペ 蒟蒻と鶏ミンチのこってり煮
オニオンペッパー	450				
ちょこちょこ	600				
ちよこちょこ	600	fri 3	580kcal	457kcal	しゃかりき DAY 花芽わさびと甘く炊いたお揚げさんの混ぜ寿司 鶏の唐揚げ クリームコロッケカニ 豆腐と豚の煮物 春雨のカラフル酢の物 あさりとりひじきの炒り煮
マーチ	350				
ゆだね	370				
MIXフルーツ&ナッツ	650	6 mon	568kcal	451kcal	ぺらぺらトンカツ コーンコロッケ スパサラ 切干大根キムチ和え 人参たらこ炒め ブロッコリーとMIXベジのソテー
SAKURA	650				
マーチ	350				
ゆだね	370	7 tue	553kcal	436kcal	ふりかけご飯 ぎょろっけオーロラソース 人参マッシュとマッシュポテト 赤キャベツとキャベツのラペ マロニーの中華サラダ
オレンジピール	480				
ちょこちょこ	600				
ちよこちょこ	600	8 wed	573kcal	456kcal	なんとなくしゃかりきDAY わかめご飯 白身フライ和風ソースカツ オムレツ 茄子の味噌煮 切干はりはり オクラの卸和え 恵美ちゃんのやきそば（紅ショウガ入り）
マーチ	350				
ゆだね	370				
イチジククランベリー	650	9 thu	572kcal	455kcal	チキンカツ コロッケ キャベツのペペロンチーニ 菜の花とわかめのごま油和え 春雨の辛子マヨサラダ クリームシチュー
マーチ	350				
ゆだね	370				
蜜リンゴキャラメル	550	10 fri	577kcal	451kcal	しゃかりき DAY ふきと竹の子の五目ご飯 エビカツと 食タルタルソース 玉子焼き MIXベジソテー わかめとキャベツのチョレギ風和え物 ひじきと揚げの煮物 桜蒸しパン（別売りも致します）
SAKURA	650				
めっちゃレーズン	500				