

フレーンの食パン
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日前までに。
月曜日は木曜日の
15:00 締め切りです

★ご注文票★

お名前 _____
御社名 _____
お電話 _____

SYAKARIKI

野原のソムリエ ベジフルビューティーアドバイザーが作る

7月15日ごろ

tel
624-5080
fax
624-5099

お客様の担当者は
です

半夏生『はんげしょう』のころ
昔の農家は『半夏生までに田植えを終わらせる』と言われ、無事に終われば
地域によってはタコ やうどんを食べる風習があります。

夏の月が美しい季節
夏の夜は空気中の水分が多く、月がぼんやり霞んで見えることがあります。
こんな月を『朧月（おぼろづき）』と呼び、春だけでなく夏にも風情として
楽しまれてきました。
そしてこんな言葉も
『夕立は馬の背を分ける』
夏の夕立は、こちら側は土砂降りなのに、少し先は晴れていることがあるという意味。

お弁当のお値段は
¥ 580
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

『宵待草（宵待草）』が咲くころ
まだ来ない人を待ちながら、夕暮れを過ごす花。そんなロマンチックな意味を
込めて愛されてきました。待つ時間にも美しさがあるんですね。
風鈴 は魔除け
風鈴は涼しさを感じるためだけでなく、昔は『風に乗って病や災いがやってくる』と
考えられてきました。風鈴の音で邪気を払う といういみもありました。

order
@syakariki.com
HP
syakariki.com
SYAHARIB21

日替わり 食パン	金額	ご注文 数	ナ チュ ラル ご 注 文 欄	ベ ジ フ ル ご 注 文 欄	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。
マーチ	370				麦ご飯 エビフライ（タルタル付き） ガーリックバジルチキン 春雨のさっぱり和え物 大根と鶏ミンチの甘辛
ゆだね	370				
カシューナッツ&くるみ	580				
イチジククランベリー	650		571kcal	454kcal	煮込みハンバーグ 人参のステーキ 焼きブロッコリー マッシュポテトそれぞれのマッシュ 野菜コロッケ 酢の物 切干大根のはりはり
マーチ	370				
ゆだね	370				
チョコバナナ	520				小豆ご飯 鶏のスイチリマヨソース 海鮮チヂミ ミネストローネ キャベツとシーフードのレモンマヨ 蒟蒻甘辛炒め
コロコロチーズ	750		550kcal	433kcal	
マーチ	370				
ゆだね	370				やみつきちキン すき焼きコロッケ キャベツと肉団子の味噌炒め 人参とエノキの中華和え物 焼きそば
オレンジピール	480				
よもぎ	530		566kcal	439kcal	
マーチ	370				わさびご飯 & 白ご飯 魚フライオーロラタルタルソース チキン南蛮 いつもと違うポテトサラダ ひじきとまめ 大根スイーチリ 魚ニソと胡瓜と人参と大葉のサラダ
ゆだね	370				
カカオホワイト	630				
Mixフルーツ&ナッツ	650		590kcal	473kcal	ハンバーグ 鶏の天ぷら スパイシーポテトサラダ 切干大根と昆布と天ぷらの煮物 麩の卵とじ
マーチ	370				
ゆだね	370				
めっちゃレーズン	500				鶏の甘酢と青梗菜と煮卵 南瓜コロッケ マカロニ キャベツと胡瓜の味噌マヨ和え 7目まめ
日向夏	600				
ミルフィーユ	700		632kcal	506kcal	



mon
20

海の満ち引きを動かしているのは月の引力。地球は毎日月に引っ張られながら呼吸をしている。
夜の海を見ると心が落ち着くのはそんな自然のリズムを感じているからなのかも。
海は遠くへ行くための道でもあり、大切な人が帰ってくる道でもある。
今年はゆっくり海を眺めてみるのもいいですね。

マーチ	370				ハンバーグ 鶏の天ぷら スパイシーポテトサラダ 切干大根と昆布と天ぷらの煮物 麩の卵とじ
ゆだね	370				
日向夏	600				
くるみチーズ	630		543kcal	426kcal	鶏の甘酢と青梗菜と煮卵 南瓜コロッケ マカロニ キャベツと胡瓜の味噌マヨ和え 7目まめ
マーチ	370				
ゆだね	370				
黒ゴマ	400				もち麦雑穀ごはん 鶏とポテトのジュノーペースソース 春巻き 系こんと鶏そぼろの炒め物 わかめとモズクの酢の物 カリフラワーと人参の味噌マヨ和え
イチジククランベリー	650		541kcal	424kcal	
マーチ	370				
ゆだね	370				コーンとラッキョウ青じそご飯 茄子の挽肉はさみ揚げ クリームシチュー キャベツと赤キャベツの千切りドレッシング ハムマリネ そうめんチャンプルー
くるみ	450				
めっちゃレーズン	500		526kcal	407kcal	
マーチ	370				しゃかいかDAY
ゆだね	370				
抹茶	550				
カシューナッツ&くるみ	580		576kcal	447kcal	