

フレーンの食パンマーチのお話

- ・保存料・着色料・膨張剤
 - ・卵・発酵促進剤・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。

- ① 変わりパンには一部、卵を含むものがございます。
- ② 食パン以外に販売しておりますものにショートニングなど含まれているものがございます。
- ③ 食パンのご予約は基本的に2日前までにお願いいたします。
- ④ 月曜日は木曜日の15:00までにお願いいたします。

★ご注文票★

御社名 _____

お名前 _____

お電話 _____

秋もしゃかりき

お弁当のお値段は ¥580
パンやお弁当を組み合わせ、1000円以上のご注文で配達いたします。

秋が少し寂しく感じるのはなぜか・・・

- ☀ 光が変わるから・・・夏の強い光が少しずつ弱くなって、夕暮れが早くなる。明るさが減ると自然と気持ちが内側に向きやすくなる。
- 🔊 音が減る・・・蟬の音が消え夜が静かになる。自分の心の音が聞こえてくる。
- 🍂 終わりをを感じる・・・夏が終わる、葉が色づき花が散る。秋が始まるとどこかに過ぎていくものを感じさせる。
- 📖 記憶を呼び起こす・・・秋の匂い、金木犀、夕方の空気、空の色、虫の声、そういうものが昔を連れてくる。そしてあとわずかな今年の時間。

夏は元気に勢よく明るく過ごして、秋にふと立ち止まり、いろんなことに思いを馳せる。何かから何かに移行する途中の時間はいつも特別な気がする。

いつも携帯がそばにあってLINEでつながっていると一人ではない今時だからこそ、そんな時間をあえて作ると、自分がどんな人なのか少し見えてくる。

この秋はそんな自分を探してみるのもいいのかもしれないね。。。げな

order
@syakariki.com
HP
syakariki.com



お客様の担当者は

です

☎ 092-624-5080

☎ 092-624-5099

日替わり食パン	金額	ご注文数	10月	ナチュラル ご注文欄	ベジフルの 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		mon 10/19			もち麦雑穀ご飯 ソースチキンカツ オムレツ 厚揚げの炊いたの 青じそスパ 焼きビーフン カリカリベーコンの粒マスタードポテサラ
ゆだね	370					
抹茶	550					
いちじくクランベリー	650			576kcal	463kcal	
マーチ	370		tue 20			白身チーズ磯辺フライ 南瓜天ぷら もやしとハムの中華和え 野菜がたっぷり切干入り玉子焼き マカロニサラダ 変わり金平
ゆだね	370					
めっちゃ黒糖	470					
カカオホワイト	630			565kcal	448kcal	
マーチ	370		wed 21			茄子のひき肉はさみ揚げ 肉じゃが キャロットラペ チャプチェ
ゆだね	370					
カシューナッツ&くるみ	580					
抹茶ホワイト	680			538kcal	419kcal	
マーチ	370		thu 22			エビカツ 煮卵 ケチャスパ 玉子とキャベツのゴマダレサラダ 茄子の油淋鶏ソース 厚揚げとひじきの炊いたの
ゆだね	370					
蜜リンゴシナモン	550					
ころころチーズ	750			552kcal	435kcal	
マーチ	370		fri 23			生姜ご飯&白飯 豚の味噌漬けカツ 魚フライ オクラとシラスのおろし和え 鶏そぼろ南瓜のピリ辛煮 菜の花のくるみ胡麻和え
ゆだね	370					
めっちゃキャラメル	550					
大人のラムレーズン	700			563kcal		
マーチ	370		mon 26			鶏胸の唐揚げ 竹輪の磯辺揚げ 衣笠井風煮 根菜煮 キャベツの辛子和え
ゆだね	370					
オレンジピール	480					
ころころチーズ	750			552kcal	435kcal	
マーチ	370		tue 27			鶏とキャベツのメンチカツ 目玉焼き 豆腐サラダ 蒟蒻と牛蒡の金平 たっぴり海藻サラダ
ゆだね	370					
カフェモカ	480					
めっちゃキャラメル	550			563kcal	501kcal	
マーチ	370		wed 28			魚フライ 茄子の卸煮 しらたきとツナの炒め物 薩摩芋とMIXピーズのサラダ マーボ豆腐
ゆだね	370					
めっちゃレーズン	500					
いちじくクランベリー	650			560kcal	443kcal	
マーチ	370		thu 29			ふりかけご飯 チキン南蛮 タルタルソース付 南瓜のフライ のっぺい汁風煮 ピーツとドライフルーツのサラダ ひじきの煮物
ゆだね	370					
黒ゴマ	400					
カシューナッツ&くるみ	580			556kcal	446kcal	
マーチ	370		fri 30			鶏飯 エビカツ 鶏のレモンペッパーオイル焼き スパサラダ もやしとハムの中華サラダ わかめとぜんまいの炒め煮 全てのお弁当に黒ゴマプリンがついてます
ゆだね	370					
めっちゃ黒糖	470					
アールグレイオレンジ	580			581kcal	464kcal	