



安心工房 ご利用のみな様へ



～今回のご案内～

今回の食養御膳のご紹介

安心工房だより 6月号

安心工房ちよばい品7月

安心工房ちよばい品注文書7月

できまして



「食養御膳」

「ふたりの夕食セット」

★7月のおこんだて★

7月は暑い時にも食べたくなるような食欲をそそるおこんだてにしました。

新メニューがどんどん入って調理スタッフにも力が入ります！

鶏チリ、塩麹魚の唐揚げ、ねぎ塩豚、ソルティーラタトゥイユ、豚肉と夏野菜のカレー、焼きなす甘味噌かけ、夏の酢鶏、豚肉の南部焼き、鶏ささみの梅しそ焼き、甘いズッキーニのレリッシュ…夏のお惣菜をお楽しみください。

詳しくは「安心工房ちよばい品7月」をご覧ください

猛暑の前に
六月の初夏は爽やか野菜でいっぱいになります。旬の野菜でつくってお惣菜は香りも舌触りも涼しく感じる物ばかりで調理担当者たちのボルテージも上がります。たっぷり入ったビタミンやポリフェノール等の貴重な栄養素を逃がさない調理法で、水溶性と脂溶性を調理分けし美味しく食べやすいお惣菜に仕上げられています。夏の猛暑は体力を奪い、その消耗を炭水化物やビタミンやミネラルや脂質、たんぱく質でカバーできるよう二人の栄養士が考えたお献立のレシピに組み込んでいます。尚、安心して食べて頂くために調味品はすべて無添加品としており、家族につくる調理法で温もりの味をお届けしています。

安心工房 米山 正

7月の新しい人気お惣菜

〇玄米ごはん



〇いわしの梅煮



ごはんとお魚、ふるさと料理。新メニューが揃いました

〇揚げ麩の甘辛煮



● 野菜のおはなし



【きゅうり】

花言葉「洒落」

野菜にもある花言葉。きゅうりは様々な形に伸びるその姿に由来されたと言われていました。

昔は完熟でしたが、現在は未熟の状態でも食べられています。きゅうりは「95%が水分である」ことが最大のカギ。きゅうりを食べることで水分補給ができ、またカリウムも含まれているので、「ミネラル」も同時に摂取できて熱中症対策に大活躍。

四季を問わず店頭にも並ぶ人気者。

旬の夏場には水分補給で丸かじり。サラダに、お漬物に大活躍の夏を代表する野菜です。工房ではお惣菜にたくさん取り入れています。

～Side Dish～ 事務のご連絡

● 千葉産直商品

「値上げのお知らせ」



このたび千葉産直取扱製品つくば鶏の「もも肉」「むね肉」他3品と加工品「ノンフライ若鶏和風から揚げ」他2品、合計8品について値上げのお申し出がありました。

大変心苦しいのですが8月お届け分より値上げすることとなりました。7月中のお届けは旧価格です。冷凍保存できますのでお早目のお買い求めをお勧めいたします。

● 季節商品入れ替えになります 在庫限り売り切れごめん

「春野菜の梅酢ピクルス」・ごはんシリーズ「筍ごはん」は季節商品のため在庫限りで終了となります。

旬の野菜を生かした人気お惣菜ですが夏バージョンのお惣菜に切り替えることになりました。春の名残をお楽しみください。今なら冷凍保存で美味しくいただけます。



この紙面の詳細は同封のチラシと注文用紙に掲載しています。

詳しい情報は安心工房 HP <https://www.anshinkoubou.co.jp/> をご覧ください。



mamasan クッキング



今日も「安全と味」を高めて頑張りましょう！！

「食養御膳」新しいおこんだて 「彩り野菜のプルコギ」



天童黒毛和牛とスライスの玉ねぎ、緑のピーマン、パプリカの赤と黄色。色合いがとてもきれいです



献立に合わせて次々と仕込んでいきます



スライスしたじゃがいもはグリルして後で混ぜます



ピクルスのアクセントに真っ赤なミニトマト



新しいおこんだての完成です！！

主菜：彩り野菜のプルコギ
副菜：大根のピクルス

均等に分けて、美味しい残さずかけます

「食養御膳」と「人気お惣菜」は健康のために一番良いものを！

無添加
ははの味

「食養御膳」

毎日毎食のお料理作り。健康のためにもっと野菜や肉、魚などを食べたいと思っても、同じような料理になってしまうこともあります。そんな時は「食養御膳」のレシピを参考にしています。煮る、蒸す、炒める、焼くなど調理法を変え、お出汁や調味料で色々な味が楽しめるおこんだて。お客様からも「飽きの来ないお味とお褒めをいただく自然の風味をわが家でも生かしています。ご贈答にもおすすめのセットです。(瀬野)



安心工房で使っている調味料のご紹介

「こめ油」 三和油脂



地元天童市に本社と工場があります。

「こめ油」は日本人の主食「お米」の表皮と胚芽を原料として製造しています。自然の恵みをいっぱいを受けた米の米ぬか(玄米の表皮と胚芽)から搾った健康志向の食物油です。特徴は美味しさと使いやすさ、そして栄養価などの身体への優しさです。

～お申込み締め切りと発送のお知らせ～

7月1週は7月7日(金)発送です。

安心工房カレンダーをご希望の方はお知らせください。

● 「食養御膳」 「ふたりの夕食セット」

申し込み締切日時	発送日
6月13日 (火) 9:00	6月4週分 6月30日 (金)
6月20日 (火) 9:00	7月1週分 7月7日 (金)
6月27日 (火) 9:00	7月2週分 7月14日 (金)
7月4日 (火) 9:00	7月3週分 7月21日 (金)

● 「冷凍ごはん」 「お急ぎセット」 「単品人気お惣菜」 「他社製品お取り扱い」

申し込み締切日時	発送日
毎週火曜日 9:00	その週の金曜日最短

● 「安心ミート」 毎週お届け

豚肉：平田牧場 鶏肉：千葉産直つくば鶏

申し込み締切日時	発送日
毎週火曜日9:00	翌週金曜日

● 「ちわっす魚屋さん」 月1回お届け

申し込み締切日時	発送日
7月4日 (火) 9:00	7月14日 (金)

● 「安心干物」 月1回お届け

申し込み締切日時	発送日
6月27日 (火) 9:00	7月14日 (金)

お問い合わせ先

TEL : 023-654-1091 FAX : 023-654-6115 mail : info@anshinkoubou.co.jp