

おしゃもじ通信

8月

【大切なご案内】夏期休業日のお知らせ

誠に勝手ながら、マイシイでは土日以外に夏期の休業日をいただきます。ご不便をおかけし、申し訳ございませんが、**8/12(月)～8/15(木)の4日間**は、夕食のお届けをお休みいたします。何卒ご了承くださいますようお願い申し上げます。

8月12日(月)～15日(木)の4日間は<数量変更・お休み お申し込みカード>の回収も行っておりません。お早めのご提出をお願いいたします。



マイシイ案内役
りこちゃん



【ご確認ください】8/5(月)にお配りする献立表について

次週8/5(月)にお配りする献立表は、**2週分を1セット**にしてお配りしています。「8月16日(金)分の献立表」の中に、「8月19日(月)～23日(金)分の献立表」が挟み込まれておりますので、ご確認くださいませようをお願いいたします。

2024年7月24日(水)にお届けしました、マイシイ謹製「うなぎ蒲焼き重」をご利用いただいた皆さま、ご注文ありがとうございました！
通常のマイシイのお食事とは別に、春夏秋冬それぞれ季節に合わせた特別なメニューをご案内している”マイシイ謹製 おたのしみ献立”、次回は10月の秋バージョンです！！どうぞお楽しみに♪



おたのしみ
献立

マイシイ謹製



蒸し焼き穴子と焼ほぐし秋鮭の
秋葉彩りのお弁当



甘鯛と若鶏の
春菜桜ごはん



うなぎ
重



うなぎ
重

※画像は2023年度にご案内した企画の数々です。今後のお食事の内容は変更になる場合もございます。

ミスターMOの 献立開発雑感★

マイシィ南大立を倉43
耳後人「ミスターMO(モー)
こいぢれまろ



夏土用の時節も一の丑が過ぎ、らしい盛夏、がやってきているのでしょうか。今年もハシリから、酷暑の度合いが尋常ではない状況に脅威すら覚えますね。皆様は、うなぎ蒲焼き、など食し、夏の到来に備えられていますか。

今時分、暑気バテと筋肉組成の関連や、だからこそその食の肝要さについて耳にします。日々の調理に疲弊、食感や体感的に涼しげで、口当たりの良い簡素な食事に偏りがち。暑さで活動量も減少、筋肉繊維が痩せてくることになり、外気温(暑さ)への耐性も落ちてくるということらしいです。そうはいつても、この暑さじゃ料理もイヤだし、食欲も振るわないカモ?・・・大丈夫!夕食宅配(Maici)なら下ごしらえにも手間のかかる複数総菜の献立でお届け。(Maici)の蓋を取り、盛付けを眺めたら、レン・チンで温め、香ってみてください。

食がすすむように時節食材を選び、香味・食味のメリハリをつけた数々おかずを用意。和の伝統惣菜から、香辛の効いたもの、あっさり系、時節柄の天ぷらなどなど・・・。思わず箸をつけてみたい食指も動く、見映えと芳香、の献立としてお届け中です。暑い頃向きの、とっておきお総菜、も、キッチリ仕込んでありますよ。

毎日の食事の質感やサイクルは乱さず、体調にもご留意されてお過ごしになる事で、季節としての夏の風情、を楽しめる日常であります様、ご自愛くださいね。



<ご意見をいただきました>

▼魚の骨が多いときがあり老人には少々危険です。いかがでしょうか?(神奈川県 匿名)

骨取り魚では「魚の種類が限られている」「骨から出るうま味が得られない」という理由で、一般的な切り身を使用しており、「にしんが食べられてうれしい」という声も寄せられています。天ぷらやフライなど外見で骨の有無が分かりづらいおかずでは、中骨は外した魚を使用するようにしていますが、お魚のメニューの際は、骨に注意してお召し上がりがください。



お つぶやきりちゃん

この間、末っ子が赤ちゃんの頃の動画を観ていました。目を離すとなんでも口に入れてしまったり、いつも抱っこやおんぶで大変と思っていたあの頃。今思い返せば懐かしく、一つ一つの仕草に癒されます。そんな末っ子も来年は小学生です★

中学生の娘と小5の長男、そして年長さんの末っ子、まだまだ手がかかり朝から晩まで大騒ぎの毎日ですが、きっとこの騒がしい日常を懐かしく思い返す日が来るんだろぅなあと、しみじみ思いました。なんでもないこの毎日を大事にしなきゃ!と、自分に言い聞かせて、がんばりたいと思います。



ご感想、マイシィでよかったこと、近況など何でもお寄せ下さい。(※献立に関することは献立表下部カードにご記入ください)

きりとらせん

宅配センター→配食サービス課行(8月号)

「おしゃもじ通信」ご感想&投稿用紙

◆「おしゃもじ通信」「ユーコープ・夕食宅配マイシィの発行物」に掲載してもいいですか(どちらかに○)

掲載してよい(ペンネーム:)

)・掲載しないでほしい

※どちらにも印がない場合、掲載させていただきます。

お名前

組合員コード