

お食事をされた方に
ドリンク無料サービス
(1枚につき
2名様まで)
まじり

道の駅より

8月号 ~2012~

道の駅 瀬戸なるの

馬場の
びりびり



二十四節気
8月は...



8月7日 立秋
8月23日 処暑

最近では、あまり紫外線にあたりたい方が悪いと言われますが、でもこの歳になると夏は日焼けしたい顔でパソコンをさ回りたいのでは？ 馬場の

立秋(りっしゅう)とは？
朝夕が涼しくなり、秋の気配が立つ日。暦の上では秋に入ります。か!! まだまだ暑い!! 残暑が厳しい時期なので、残暑見舞いでも書いておきましょう。

あつーい 8月どすね 夏バテにコレぞ

8月は、この時期旬の枝豆ちゃんも案内役です。



枝豆は未熟な大豆。でも! 大豆と野菜のいいとこ取りの夏野菜なんです。大豆のタンパク質と野菜のビタミン! おいしいよ。

夏野菜ぞ

糖質回復に効果があるビタミンB群を含むとうもろこしと枝豆。他にもいろいろな野菜が、

とうもろこしと枝豆



つるっ! と麦ぞ

食欲が低い時は...
コムギと小麦と夏野菜

長ねぎが入ったねぎしゅうめん
豆乳が入った豆乳しゅうめん
アイスが入ったアイスシューメン



料理レシピのサイト ツルッ! と麦ぞ
コムギと小麦を検索すると...いっぱい!



こちらが
新産物ぞ

とうもろこしと枝豆

香ばしい
味とうもろこし
会場のぞ



夏休みの
3休みの
お休みの
いそがし



夏野菜の
ズッキーニとトマトを
豆乳シューメンの
カレーソースで炒め
どうぞあ?

ドリンクぞ

コレ知ってる?

サンザシぞ
新産物ぞ



漢方薬や薬膳料理に珍重される中国の果実。甘酸っぱいお飲みや、糖質回復に効果的はドリンクぞ。ぜひ。



冷やけサイダー気分スッキリ



じゃわあ~スッキリ

暑い夏はジュワ!ジュワ!と炭酸ドリンクでスッキリ。甘さ控えめのサイダーぞ。
しゅわっ-サイダー
西尾の抹茶入り西尾茶イダー

