


# フレス・かふえ・トントン ニュース



8月号

お日様の控えめな照り方でしばらくもいもいしていた畑の野菜たちも最近ようやくスクスク育ってきて夏も本番を迎えています!! 5日、6日は北緯45度夏まつりが開催されますが、トントンは5日に暑い夏にぴったりハワイの味・ダリンさんのスパム結びを出店します。最近トントンの定番になったこの異国のおにぎりのおいしい!と評判です。未経験の方もどうぞお試しください!! (ご予約受付中ですヨ)

## 8月のトントン・カレンダー(昼食献立予定表)

日曜日	火曜日	金曜日
	1日 高橋豆腐のハンバーグ 夏野菜たっぷりスープ	4日 三樹シェフの お楽しみランチ
6日 町民スポーツフェスティバル 参加のため、おやすみ	8日 バカボン・シェフの 高橋豆腐のドライカレー	11日 ネパールカレー もりもり野菜サラダ
13日 音威子府そば(冷) 野菜の天ぷら	15日 バカボン・シェフの いなりちらし	18日 鮭・コロケ ナスの味噌炒め
20日 親子どんぶり 野菜のゴマ和え	22日 いかめし(又は煮魚) わかめのおかか炒め	25日 名寄・日進より おると参上!!
27日 ハワイ帰りのダリンシェフ ロコモコ・中頓別風	29日 チンジャオロース 白きくらげの中華スープ	9月1日 焼き魚(秋刀魚?) 変わりキンピラ

### ありがとうございました!! 7月23日の名寄市立大学・ワンディ・ランチ♪♪

名寄市立大学の保健福祉学部の看護学科と栄養学科の学生さんたちが「生活習慣病を予防する」というテーマで先月23日(日)にワンディ・シェフをしてくださいました。当日まで何度も試作し、様々な困難を乗り越え、前日から泊り込んでの実習でした。23日は中頓別神社本祭だったので一体何人来てくださるか?ちょっと心配だったのですが...お蔭さまで20名を超えるご来店がありました♪ALTのダリンさんや台湾からのインターンシップの大学生たちと一緒に体操をしたり、元・酪農家さんの畑や庭を見せて頂いたりと多くのおみなさんのおかげで貴重な体験も出来ました。学生さんたちばかりでなく私たちにとっても忘れられない学びの機会でした。本当にありがとうございました!!なお、その日のメニュー表や運動のパンフレットが残っています。ご希望の方は遠慮なくお申し出くださいね!

### 「今日のお客は明日のシェフ」 ワンディ・シェフを経験しませんか??

トントンは食べるだけでなく作って食べさせる事も楽しめる「地域の台所」です。家庭菜園の野菜や釣った魚など地域の食材を使ってお得意の料理をつくってみませんか?お手伝いサポートがありますので心配ご無用。きっと新しい出会いがありますよ!!

25日(金)は名寄のおるとさんのワンディ・シェフ!! ご予約はお早めに♪

